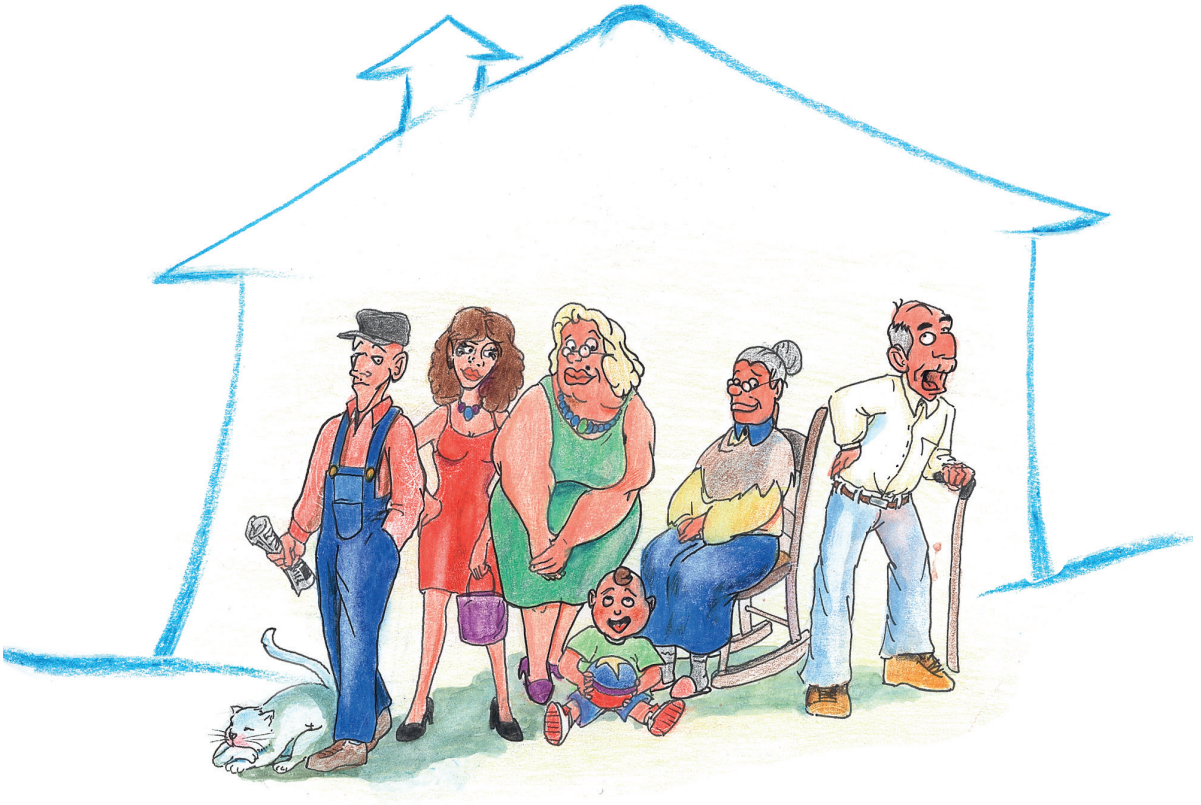
ASLNuoro

Gruppo Formatori Aziendale ASL Nuoro
Prevenzione Incidenti Domestici

No t'istroppies in domo tua!



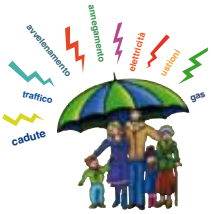
Responsabile del Progetto
U.O. Pediatria di Comunità ASLNuoro

ASLNuoro

Gruppo Formatori Aziendale ASLNuoro

Incidenti Domestici

No t'istroppies in domo tua!



Responsabile del Progetto

U.O.Pediatria di Comunità ASLNuoro

No t'istroppies in domo tua!

A cura del

Gruppo Formatori Aziendale ASL Nuoro:

Orietta Bargardi
Antonella Boi
Annalisa Porcella
Gavina Porcu
Damiana Spanu
Antonella Vannini
Francesco Fadda

Istituto di Istruzione Superiore "Francesco Ciusa" – Nuoro

Liceo Artistico Statale Dirigente Prof.ssa Lisetta Bidoni

Prof. Graziano Mangia, Discipline Grafiche e Pittoriche

Hanno realizzato disegni gli alunni:

Enrico Serra	**II A**
Antonio Pau Becchiglia	**II A**
Luca Lai	**III A**
Francesca Guiso	**III A**
Giammarco Derosas	**IV A**
Riccardo Baldanza	**IV A**
Luisa Pinna	**IV A**
Veronica Ledda	**IV A**
Andrea Lai	**IV A**
Gianluca Monne	**IV A**
Martino De Serra	**IV A**
Antonio Sale	**IV A**
Ilaria Rizzo	**IV A**

Collaborazioni:

Ing. Raffaele Gregu, Responsabile Servizio Prevenzione e Protezione ASLNuoro
Dott. Antonio M. Soru, Coordinatore Servizi Sanitari, Direttore della Programmazione ASL Nuoro
Dott.ssa Giuseppina Ruiu, Pedagogista U.O. Pediatria di Comunità ASL Nuoro
Ing. Luca Arca, Docente Responsabile figura strumentale "Benessere Studenti", Istituto I.S. "F.Ciusa" Nuoro

ASL Nuoro I Percorsi della Salute
Servizio Qualità, Formazione, Rischio Clinico
Direttore Dott. Giovanni Salis

Presentazione

La ASL di Nuoro ha da sempre impegnato "uomini e mezzi" per arginare il drammatico fenomeno degli Incidenti Domestici che, nei Paesi Occidentali, costituiscono prima causa di morte ed invalidità permanente o temporanea: raggiungono, infatti, valori numerici superiori a quelli degli incidenti stradali o sul lavoro, rappresentando, quindi, un eccezionale problema umano, sociale, economico.

Secondo le direttive del Piano Sanitario Nazionale della Prevenzione, ed omologo Piano Regionale, la nostra ASL ha provveduto ad attivare Percorsi diversificati Aziendali e interventi di informazione/formazione rivolti all'esterno.

Per questa attività abbiamo ricevuto attestati di stima dal Centro Nazionale di Prevenzione e Controllo delle Malattie-CCM del Ministero della Salute e dall'Istituto Superiore di Sanità, con il quale collaboriamo in uno studio, voluto dalla Comunità Europea, volto ad approfondire e limitare il problema.

Il messaggio forte e chiaro che si vuole affidare a queste pagine, curate con competenza e rigore scientifico dal Gruppo Formatori Aziendale e dall'Istituto d'Arte per i bellissimi disegni esplicativi, è quello di rafforzare l'attenzione al tema della sicurezza e del corretto stile di vita, uniche modalità per prevenire le situazioni di rischio e conservare "a chent'annos" la salute.

Gruppo Formatori Aziendale

La presente Pubblicazione rappresenta una modalità intensa di promozione della "cultura della sicurezza", che deve iniziare tra le mura domestiche, coinvolgendo tutta la famiglia con l'opera di sensibilizzazione costante degli adulti sui più giovani.

Il bambino dovrà acquisire i concetti portanti della sicurezza per se e per gli altri, da utilizzare in casa e in ogni momento della quotidianità. Gli automatismi appresi potranno essere utilizzati anche in età adulta e costituire il fondamento dei comportamenti per la sicurezza negli ambienti di lavoro.

Il Direttore del Dipartimento Materno Infantile

Dott. Antonio Onorato Succu

Il Commissario Straordinario

Dott. Mariano Meloni

Indice

Presentazione 3

Introduzione, *Francesco Fadda* 5

La cultura della sicurezza, *Francesco Fadda* 8

Ambiente domestico, *Orietta Bargardi* 13

Le folgorazioni, *Antonella Vannini* 21

Il rischio di incendio, *Damiana Spanu* 27

L'avvelenamento, *Antonella Boi* 35

L'avvelenamento da gas, *Damiana Spanu* 47

L'annegamento, *Gavina Porcu* 52

I giochi, *Annalisa Porcella* 55

Bibliografia 62

Sitografia 64

Introduzione

L'obiettivo del presente lavoro sarà raggiunto se UNA sola persona eviterà comportamenti a rischio nella propria abitazione.

Se UN bambino non cadrà giù per le scale solo perché in cima non c'era installato un cancelletto; se UN anziano eviterà la frattura del femore perchè il tappetino dell'ingresso sarà del tipo antiscivolo; se UNA casalinga lavorerà con attenzione durante l'esecuzione delle molteplici mansioni che prevedono anche l'utilizzo di apparecchi elettrici.

Riteniamo indispensabile contribuire alla formazione di un cultura della sicurezza in casa e nel traffico, e lo ripeteremo sempre con decisione e con amore, finchè gli incidenti domestici saranno, come sono, la prima causa di morte nell'età evolutiva; fonte di gravi disabilità in tutte le fasce sociali; causa di ospedalizzazioni talora lunghe e dolorose (pensiamo alle ustioni).

Non si tratta di investire grosse somme di denaro nelle nostre abitazioni. Si tratta di pensare in sicurezza. Costano solo qualche moneta gli adesivi da posizionare nella vasca da bagno per non scivolare o i copripresa, così le chiusure per gli armadi e le pellicole per le porte a vetri o i paraspigoli; non costa niente indossare la cintura di sicurezza in macchina o mettere il ragazzino nell'apposito e omologato seggiolino.

Sono due i Fattori Determinanti per prevenire gli eventi evitabili:

- Fattori Strutturali della casa. Su questi possiamo intervenire illuminando bene una scala buia, posizionando protezioni opportune nei balconi, terrazze o finestre.
- Fattori Comportamentali. Occorre pensarci! Talvolta siamo pigri perché siamo "finalmente a casa". Ma le trappole ci sono e sono tante.

Si dice comunemente che "il bambino vive in un mondo adulto, progettato dagli adulti per gli adulti".

Se questa affermazione è reale, deve essere anche vero che gli incidenti dei bambini (e dei vecchi!) sono prevedibili e prevenibili, che la loro tipologia varia sicuramente a seconda della fascia di età e dell'ambiente in cui si trovano, della struttura, dell'impianto o dell'oggetto con cui entrano in contatto e soprattutto del ruolo degli adulti a cui è affidata non solo la cura e l'educazione ma la attenta custodia dei minori.

I genitori, gli adulti, devono essere consapevoli dei rischi a cui i bambini sono esposti sia nell'ambiente domestico che in quello, genericamente, urbano.

I genitori hanno certamente un ruolo strategico nell'impostare la consapevolezza dei rischi e la conoscenza della potenziale pericolosità di stili di vita e di comportamento, ma altre figure sono temporaneamente interessate a questo aspetto che facilmente è trascurato o sottovalutato. Le baby-sitter, le assistenti dell'asilo o della scuola, i fratelli più grandi, non sempre hanno capacità, conoscenza, maturità ed energia per pensare anche all'eventualità "incidente" e alla facilità con cui possono essere adottate misure di prevenzione davvero elementari; è sufficiente non trattare il bambino come un giocattolo inanimato: è capace di azioni che solo il giorno prima non era in grado di fare, e che noi mai pensavamo potesse fare il giorno dopo.

La prevenzione degli eventi evitabili è sicuramente compito dell'adulto, anche in considerazione del fatto che i bambini, e gli anziani, sono le coorti a maggiore rischio.

Questa premessa non è certamente mirata a proporre una modalità di accrescimento blindata e iperprotettiva, ma serve a farci riflettere su quale sforzo sia necessario per raggiungere un equilibrio sereno fra il controllo dei nostri figli e una loro corretta esplorazione esperenziale.

Gli interventi di prevenzione sono finalizzati ad eliminare od almeno a ridurre i **rischi** che, quindi, devono essere **conosciuti** e, conseguentemente, stimolare l'adozione di comportamenti **idonei**.

Per concludere, mi piace ringraziare una serie di Amici, che hanno creduto nella presente iniziativa e hanno contribuito a realizzarla.

Il Grande Ing. Raffaele Gregu, con il quale tanti anni fa abbiamo iniziato un percorso di prevenzione e sicurezza oggi riconosciuto alla nostra ASL anche a livello Nazionale ed Europeo.

L'allora Direttore Sanitario, Dr. Antonio Maria Soru e il Direttore del Dipartimento Materno Infantile Dr. Antonio Onorato Succu, che hanno entrambi caldamente supportato da sempre tutte le iniziative in merito.

La collaborazione con il Liceo Artistico Statale "Francesco Ciusa", Nuoro, ha impreziosito e rafforzato il Messaggio che si voleva proporre: il Prof. Graziano Mangia e l'Ing. Luca Arca, con cortesia e competenza

straordinaria, hanno seguito, fin dall'inizio, la realizzazione del lavoro assieme ai bravissimi Allievi prima citati.

La presente pubblicazione è curata dal Gruppo Formatori Aziendali, una squadra competente, umile, attenta, multidisciplinare, entusiasta, sorridente, convinta, costituita da Orietta Bargardi, Antonella Boi, Annalisa Porcella, Gavina Porcu, Damiana Spanu, Antonella Vannini, con il contributo di Giusy Ruiu, Pedagogista della U.O. Pediatria di Comunità.

Grazie a tutti
Francesco Fadda

La cultura della sicurezza

Francesco Fadda

Gli Incidenti Domestici –ID- raggiungono nel nostro Paese, così come nei Paesi occidentali, livelli di morbilità e di mortalità davvero importanti; i costi umani ed economici, se pure di straordinaria rilevanza, sono inspiegabilmente sottovalutati.

I dati statistici del SINIACA 2007 Istituto Superiore di Sanità (ISS) diffondono cifre allarmanti:

- 4.380.000 Eventi/anno
- 1.728.000 Persone/anno che abbisognano del Pronto Soccorso
- 130.000 Ricoveri/anno
- 7.000 Deceduti/anno.

A questi dati devono aggiungersi gli eventi che non sono correttamente rilevati come ID propriamente detto, come quelli che richiedono solo un intervento del MMG o del PLS, ambulatoriale o domiciliare; le patologie non segnalate come ID, o segnalate in maniera inesatta, al P.S.; uguale inesattezza di rilevamento potrebbe coinvolgere gli interventi del 118 e anche le domande per il riconoscimento di invalidità civile.

Ci sembra utile, inoltre, conoscere il numero degli eventi per distribuzione geografica: varia dal 9,8/1000 al Sud; 12,5 NO; 15,9 NE; 16,1 Centro; è massima nelle Isole 16,6/1000 (Istat 2007).

Nel territorio della Regione Sardegna il tasso di ID per 10.000 è del 1,93 (per l'Italia è del 1,6).

Esiste uno studio della nostra ASLNuoro - Dott.ssa M. Antonietta Atzori, 2002 - per il quale nella fascia d'età fra 0-19 anni, il tasso di ID per 10.000 Ab. è del 2,47.

Sembrerebbe che non solo le Isole presentano un tasso di ID più elevato rispetto alle altre parti d'Italia, ma il territorio ASL Nuoro presenta un tasso addirittura superiore al rimanente territorio regionale!

Se confrontiamo le cause di morte notiamo dai dati in letteratura che sono 7.000/anno i morti per ID; 5.131/anno i morti per Incidente Stradale (Istat) e 1.170/anno (Inail) per Incidente sul Lavoro.

Tra l'altro gli Incidenti hanno un costo esorbitante: il 3% del PIL (per avere un'idea basti pensare che la Sanità nella sua interezza rappresenta l'11% e la Difesa nazionale l'1,4%).

A questi costi, ricavabili, sono da sommare quelli non facilmente quantificabili: giornate lavorative perse anche dai familiari, eventuali modifiche all'abitazione, assistenza privata, invalidità successiva.

Le fasce di età più soggette ad infortunio sono quella inferiore a 5 anni e superiore a 45 anni.

Le donne, in particolare quelle di età maggiore di 75 anni, sono interessate da una alta incidenza di infortunio domestico.

Ad essere più colpite sono indubbiamente le Persone che trascorrono più tempo a casa: le Casalinghe, poi i Bambini (per i quali gli ID rappresentano la prima causa di morte) e gli Anziani.

La tipologia degli ID varia anche a seconda dell'ambiente considerato, della struttura, dell'impianto o dell'oggetto con cui si viene a contatto.

Il luogo più pericoloso è la cucina, seguono il bagno e le scale.

Con maggior frequenza avvengono, nell'ordine, cadute, urti, tagli, ustioni. Il verificarsi di ID è certamente favorito dalla presenza di ambienti disordinati e atteggiamenti imprudenti (l'ho sempre fatto; a me non succederà).

Pur con i citati dati drammatici è sicuramente vero che la "percezione del rischio", l'attenzione, la paura di un incidente, è sicuramente più elevata per un evento sulla strada (le stragi del sabato sera) o sul lavoro (sicurezza, norme antinfortunistica), pur con numero di eventi mortali decisamente inferiore, che non per gli incidenti che possono accadere nella casa dolce casa, in cui ci comportiamo con *superficialità, inosservanza delle norme basilari di prudenza, conserviamo prodotti chimici pericolosi, infiammabili, etc.*: la Cultura della Sicurezza talvolta ci appartiene molto poco!

Esistono i fattori **strutturali** (fra i quali un capitolo meritano i fattori manutentivi degli impianti) e i fattori **comportamentali** come causa di ID.

Fra questi ultimi certamente sono importanti la *superficialità degli atteggiamenti* (salire su scale non ben ancorate o costruite fantasiosamente con tavoli e poi sedie e poi sgabelli, lavorare in ciabatte, con illuminazione insufficiente, la presenza di tappeti scivolosi, di fili elettrici vaganti, fornelli accesi abbandonati); la *non attenta supervisione dei bambini* di cui siamo responsabili; *l'abuso di sostanze* (alcol, farmaci); la *fragilità degli anziani*.

«Si…Adalberto è veramente un bimbo vivace!»

La Prevenzione degli eventi evitabili è sicuramente compito dell'adulto, anche in considerazione del fatto che i bambini, e gli anziani, sono le coorti a maggiore rischio.

Gli interventi di prevenzione devono essere finalizzati ad eliminare od almeno a ridurre i rischi che, quindi, devono essere conosciuti e, conseguentemente, stimolare l'adozione di comportamenti idonei.

Con il presente lavoro i Formatori Aziendali per la Prevenzione degli Incidenti Domestici della ASLNuoro, vogliono proporre all'attenzione del lettore, a volte con un pizzico di ironia, un mondo quasi sconosciuto in cui, però, avvengono eventi talvolta gravissimi a danno nostro e di Altri.

Siamo grati ai ragazzi dell'Istituto d'Arte di Nuoro e ai loro Professori che, con entusiasmo, professionalità e ammirevole senso civico, hanno reso efficace questo messaggio.

L'obiettivo non è proporre per i Bambini una modalità di accrescimento blindata e iperprotettiva, ma certo è necessario raggiungere un equili-

brio sereno fra il controllo dei nostri figli e il dare loro la necessaria autonomia, garantendo una corretta esplorazione esperenziale in sicurezza.

Vogliamo che i nostri Nonni vivano con serenità ed in sicurezza il loro autunno e le Nonne continuino per lungo tempo a raccontarci le fiabe.

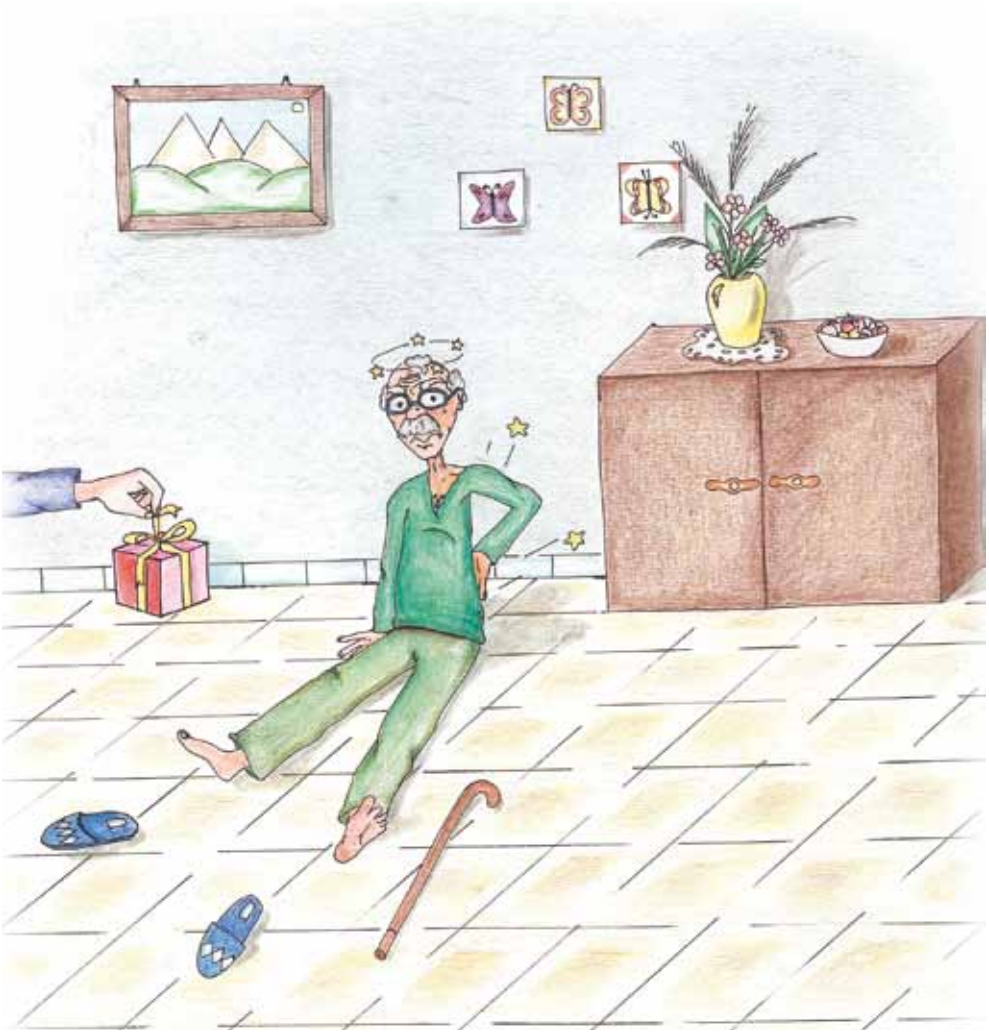
Vogliamo anche che le nostre Mamme siano più belle, più attente e meno soggette a lesioni o traumi e i nostri Papà facciano meno bricolage e più coccole.

È indispensabile il contributo personale di tutti perché il dramma degli ID venga drasticamente ridimensionato.

Ancora in tema di sicurezza:

i Bambini, ***in macchina***, vanno trasportati in idoneo seggiolino posizionato nel sedile posteriore, centralmente, con i sistemi di ritenuta a norma. Questo non perché i Carabinieri ci fanno la multa se non si obbedisce alla Legge, ma perché è l'unico modo con il quale il Bambino è protetto nel traffico.

Ci pare quantomeno doveroso che ci occupiamo anche della loro incolumità regalando un po' del nostro tempo e delle nostre attenzioni (fosse pure solo quella di acquistare la retina antiscivolo per il tappeto o le pantofole con la suola di gomma morbida).



«Buon Natale!»

Signoreeeee: ma è proprio indispensabile lavare i vetri al 3° piano senza nessuna precauzione? È indispensabile preparare la bagna, telefonare all'estetista, tenere il pupo in braccio e salutare la suocera (tutto assieme)? (I nostri Disegnatori non sono riusciti ad equiparare con le immagini quello che una donna riesce a mettere in atto!)

Ambiente domestico

Orietta Bargardi

L'ambiente domestico, dovrebbe essere progettato facendo riferimento a criteri e parametri di comfort, ergonomici, strutturali e impiantistici tali da, se non proprio scongiurare, almeno ridurre il rischio di incidente.

La sicurezza è data da due aspetti predominanti: la struttura della casa, con accessori e arredamento, e il nostro comportamento all'interno di essa: si parla infatti di fattori oggettivi, strutturali e soggettivi o comportamentali.

L'obiettivo principale di quando si presta attenzione al proprio ambiente domestico, è pensare alla sicurezza di chi vi abita, operandosi perché tutti gli impianti siano a norma; spesso le case in cui abitiamo, non solo non corrispondono ai criteri necessari alla sicurezza, ma neanche a quelli del movimento fisiologico, soprattutto in particolari condizioni come quelle di anziani, bambini e disabili.

«C'era un po' di umidità...»

Elementi strutturali

All'interno delle nostre case gli spazi dovrebbero essere sempre sufficientemente ampi, tali da garantire spazi di movimentazione e manovra anche per ausili ingombranti come carrozzine e deambulatori.

Alcune stanze come bagno e cucina dovrebbero essere pensate con criteri di ergonomia, in funzione del loro arredamento e uso particolare. Esempi:

La cucina dovrebbe essere progettata distribuendo gli arredi a "L":

frigorifero-lavandino, piano cottura, piano di lavoro, tutti i piani operativi devono essere alla stressa altezza.

Sul piano di lavoro vanno installate più prese per evitare che fili e prolunghe per i piccoli elettrodomestici interferiscano col piano cottura o siano in prossimità dell'acqua.Se ci sono bambini in casa,vanno utilizzate barriere per fornelli e preferite manopole di accensione del gas in alto meglio con sistema piezolelettrico; il forno andrebbe posizionato in alto.

Nel bagno è preferibile la forma quadrata o rettangolare larga piuttosto che lunga e stretta, preferire il piano della doccia a pavimento, con entrata del box scorrevole e di misura di almeno 60 cm.

I corridoi devono essere regolari, senza pilastri sporgenti con larghezza non inferiore ai 120 cm, 150 qualora vi sia una carrozzina.

I pavimenti dovrebbero essere privi di irregolarità e rialzi, non devono essere eccessivamente scivolosi (evitare le cere); da evitare anche i pavimenti disposti su più livelli, soppalchi e gradini.

Porte

Le porte devono essere min. 80 cm in casa, con apertura verso l'interno della stanza, preferibilmente con anta singola, con maniglie ergonomiche ad altezza regolamentare (solitamente tra 85 e 95cm) non devono esserci rialzi della soglia o scalini.

Scale

Oltre a rispettare i limiti di misura di pedata e alzata dei gradini, devono essere sempre fornite di ringhiera e parapetto di altezza regolamentare (superiore al metro), evitando le ringhiere ad elementi orizzontali (che facilitano l'arrampicata dei bambini) o che abbiano varchi

troppo ampi tra un elemento e l'altro (>10 cm), dove un bambino possa passare o infilare la testa. I gradini dovrebbero sempre avere la striscia antiscivolo sul bordo; sono indispensabili punti luce che illuminino adeguatamente le scale. In presenza di bambini piccoli bisogna applicare un cancelletto che impedisca l'accesso all'inizio e alla fine della scala.

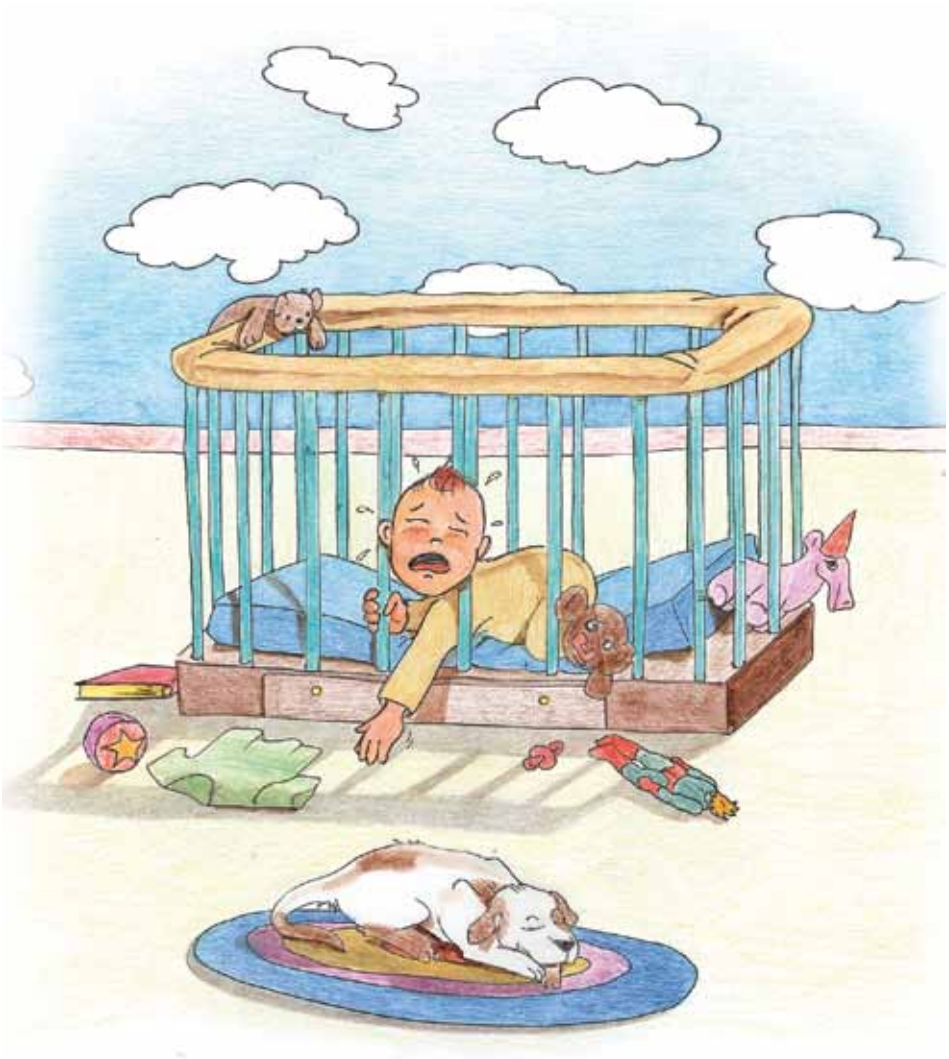
Le scale portatili sono inevitabili quindi cerchiamo di acquistarle pensando alla sicurezza; con gradini ampi e antiscivolo, con blocco di sicurezza e anche con vano portaoggetti.

«Ooòòòòòòòòhhhhhooooòòò…»

Arredi

Fornire un'adeguata illuminazione alla casa, con punti luce anche nei punti di passaggio e con interruttori posizionati in maniera da non dover percorrere tratti al buio per accenderli o spegnerli.

Sono bandite tutte le fonti di pericolo come sporgenze, ingombri e variazioni improvvise dei percorsi, spigoli vivi, mensole ad altezza d'uomo; possono essere utili paraspigoli, soprattutto in presenza di bambini; in presenza di termosifoni con profili vivi, ricoprirli con elementi antiurto in materiale plastico.



«aiutoooo… dovevo portarceli io dal rivenditore autorizzato…»

Preferire letti non eccessivamente bassi e disporli in maniera tale da avere ai lati del letto spazio sufficiente per muoversi anche con ausili per la deambulazione.

Gli arredi vanno pensati anche in funzione dei più piccoli o di quelli con minori abilità.

Meglio fissare alle pareti i mobili alti come armadietti, scarpiere e librerie.

Evitare i tappeti, o porre al di sotto retine antiscivolo!

In presenza di bambini molto piccoli, attenzione a che gli spazi tra le sbarre del lettino non siano superiori in larghezza agli 8 cm; è meglio dotarsi di piani completi dove poter porre tutto l'occorrente al cambio dei più piccoli, per non lasciarli mai soli sul fasciatoio.

Le cadute sono sotto l'anno frequentissime e spesso causa di morte o invalidità permanente.

Per lo stesso motivo usare le cinture di sicurezza su passeggini, seggioloni, sdraiette ecc., anche se in nostra presenza.

Posizionare il telefono in maniera che sia facilmente raggiungibile senza ostacoli o inciampi, o più semplicemente dotarsi di un apparecchio senza fili.

Non posizionare oggetti pesanti in alto sul bordo di scaffali o mensole per evitare che cadano accidentalmente o perché mal afferrati.

Finestre

Dovrebbero essere ad altezza adeguata, almeno 1 m. dal pavimento, con infissi non in materiale metallico e privi di spigoli vivi, e con vetri antisfondamento e dispositivo con anta a ribalta.

Se ci sono bambini, rimuovere da sotto le finestre e da sotto i parapetti dei balconi tutto ciò che possa costituire un appoggio per scalare verso l'alto; se i parapetti di finestre e balconi sono bassi, alzarli tramite ringhiere o reti che non forniscano appigli per arrampicarsi.

Balconi

Devono avere pavimenti ingelivi, parapetti con elementi solo verticali, la distanza fra essi deve essere inferiore a 10 cm e l'altezza del parapetto non deve essere inferiore a un metro.

Non devono essere presenti arredi che in presenza di piccoli, fungano da scaletta.

«attenzione all'altezza dei parapetti e non facilitate la creazione di scale per i più piccoli.»

Elementi comportamentali

Vecchi impianti elettrici dovrebbero essere sostituiti da personale qualificato.

Negli impianti termici si deve verificare la tenuta dei raccordi delle tubazioni; fare puntualmente le manutenzioni alla caldaia; lo stesso vale per condizionatori, termoconvettori ecc.

Impianti termici con fiamma o parti roventi richiedono oltre a manutenzione di personale specializzato una quotidiana e costante attenzione.

Tutti gli elettrodomestici che acquistiamo devono avere marchio CE, ma ciò può non essere sufficiente per essere al riparo da incidenti domestici dovuti al loro utilizzo, tutte le attrezzature vanno infatti usate con prudenza e conformemente allo scopo per cui sono state costruite, (e fondamentale è la lettura e il rispetto delle istruzioni di uso e manutenzione e delle norme di sicurezza in esse contenute).

Una casa sicura dal punto di vista strutturale e impiantistico non basta, da sola, a scongiurare il pericolo di incidenti domestici. Essa garantisce solo una parte della sicurezza. L'attenzione soprattutto verso i più piccoli e la conoscenza dei rischi è determinante per la prevenzione.

Il bagno è uno dei locali più a rischio: usare elettrodomestici in prossimità d'acqua, magari con fili sfilacciati o "rattoppati" con nastro isolante determina un importante rischio di folgorazione; anche il rischio di caduta in bagno è percentualmente maggiore, soprattutto quando si esce dalla vasca. L'uso di tappeti antiscivolo, maniglie se in presenza di minori abilità scongiura questo pericolo.

Anche se i farmaci sono riposti in alto, se l'armadietto non è chiuso ermeticamente, possono essere accessibili da parte dei bambini.

Minori abilità

Tutto quanto abbiamo detto riguardo alle strutture della casa sicura deve tener conto della presenza eventuale di persone diversamente abili.

All'atto della progettazione della casa moderna il progettista dichiara l'adattabilità della stessa alle norme vigenti e che modesti interventi garantiranno l'accessibilità e la fruibilità della stessa al più ampio numero di persone possibile.

È bene saper che esiste la possibilità (in riferimento alla legge numero 13 del 1989) di avere contributi economici per l'eliminazione delle barriere architettoniche dagli edifici privati.

In alcune regioni è inoltre, possibile ottenere dei contributi per l'acquisto di apparecchiature domotiche per poter attrezzare la propria abitazione ad elevato livello di automazione, offrendo a chi vi abita la possibilità di recuperare il massimo livello di autonomia possibile nell'ambiente domestico, sfruttando dispositivi e ausili tecnologicamente all'avanguardia, che possono rendere la casa più sicura e più fruibile anche da anziani e disabili.

In ogni caso, maggiori cautele vanno adottate dagli anziani; in quanto la diminuzione di tutte le abilità o l'assunzione di alcune terapie farmacologiche rendono necessario un diverso controllo anche durante le normali attività, quindi:

meglio evitare di fare lavori pericolosi ed attività che richiedono notevoli doti di equilibrio!

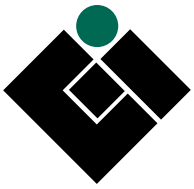
È importante svolgere un'adeguata attività fisica (basta mezz'ora al giorno!); questo è il principale fattore di protezione, migliora l'umore, la capacità di equilibrio e il coordinamento dei movimenti.

«Piccoli oggetti(giochi) in giro per casa possono, così come il disordine in generale, essere fonte di rischio di caduta.»

Le folgorazioni

Antonella Vannini

Per folgorazione si intende l'insieme degli effetti dannosi, spesso letali, prodotti dal passaggio della corrente elettrica attraverso il corpo umano. In realtà il termine dovrebbe indicare solo le alterazioni dovute alla scarica elettrica del fulmine, tuttavia, per estensione, viene usato anche per le lesioni prodotte da scariche elettriche di altra natura come le correnti industriali.



COMITATO ELETTROTECNICO ITALIANO

Il CEI stabilisce i requisiti che devono avere i materiali, le macchine, le apparecchiature e gli impianti elettrici perché essi rispondano alle regole della buona elettrotecnica e i criteri con i quali detti requisiti debbano essere costruiti.

Le Norme CEI relative alla sicurezza di un impianto elettrico e delle apparecchiature sono numerosissime e riguardano: i criteri costruttivi, le caratteristiche, le modalità d'impiego, i criteri di prova, ecc; in particolare un impianto elettrico deve essere progettato, installato, mantenuto ed essere costituito da componenti a regola.

In presenza di apparecchi difettosi, per la presenza di componenti errati e la possibilità che si verifichi un corto circuito, o per impianti elettrici non a norma può verificarsi una dispersione di corrente elettrica.

Gli effetti sul corpo umano possono essere l'elettrocuzione (scossa) sino alla folgorazione nei casi più gravi.

Il corpo è un ottimo conduttore, perché la corrente possa attraversarlo è necessaria una porta di ingresso e una di uscita; la prima è generalmente il punto di primo contatto, l'uscita è il punto di contatto con altri conduttori come metalli, acqua, un altro organismo. In presenza di scarpe di gomma si crea un isolamento con la terra e la corrente non passa.

La gravità delle conseguenze dell'elettrocuzione dipende dall'intensità di corrente che attraversa il corpo e dalla durata di tale evento, dagli organi coinvolti, dal percorso e dalle condizioni del soggetto; per esempio se il percorso della corrente coinvolge il cuore ne determina l'arresto ed è causa di morte.

Disposizioni legislative relative ai componenti elettrici

Le apparecchiature devono essere corredate di targa dalla quale si evincono i dati necessari per individuare le caratteristiche elettriche del prodotto (tensione, frequenza, potenza, ecc.) e provvisti di dichiarazione di conformità del prodotto alle disposizioni di sicurezza emesse dall'Unione Europea (marcatura CE).

Questi sono i marchi utilizzati:

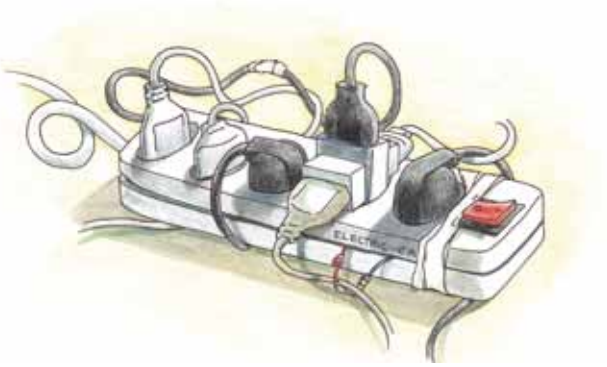
marchio CE
(Non è CHINA EXPORT!)

marchio IMQ generale

marchio IMQ per apparecchi elettrici

Buone norme:

- Richiedere impianti certificati da tecnici abilitati secondo le disposizioni di legge.
- Prevedere la messa a terra.
- Proteggere l'impianto con l' interruttore differenziale (salvavita).
- Installare alveoli schermati
- Manutenzione periodica
- Evitare di forzare l'introduzione di spine su prese non corrispondenti o di sovraccaricarle.

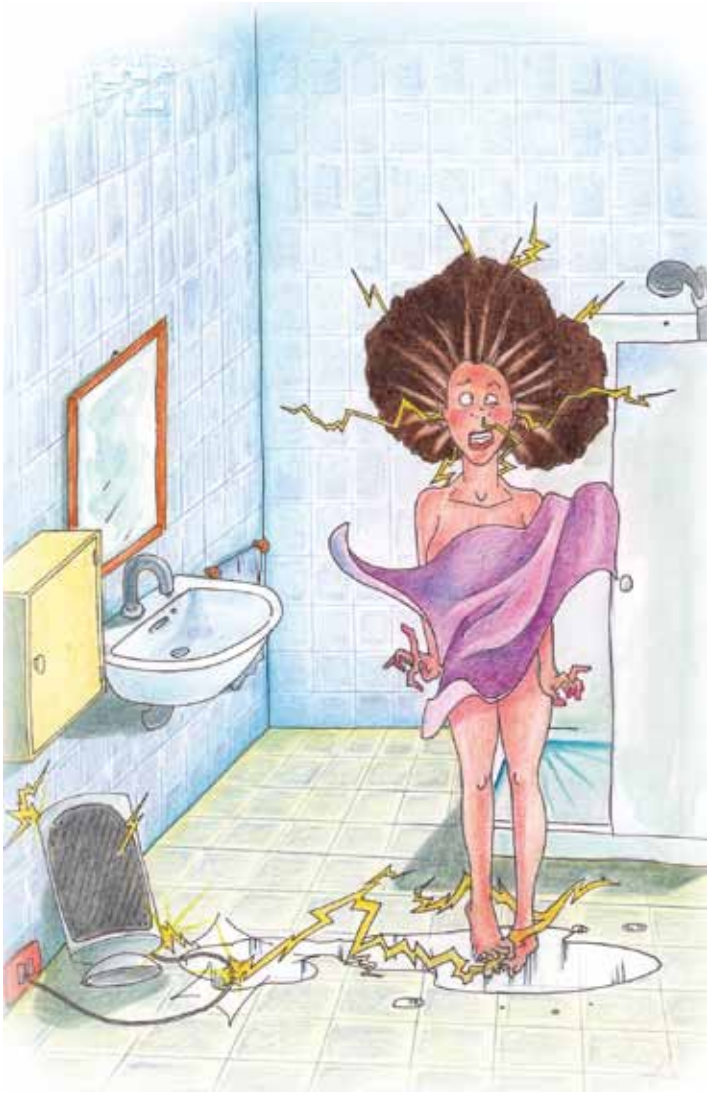


- Sostituire le prese vecchie con delle nuove con marchio CE.
- Non stendere prolunghe e cavi elettrici sotto tappeti per non alterarne il rivestimento.

- Non lasciare scoperti fili sotto tensione.
- Non strappare la spina dal filo
- Posizionare televisore su piani stabili e distante dalla parete almeno 10 cm.
- Il ferro da stiro dev'essere sempre spento prima di mettere acqua all'interno e poi riposto in un luogo sicuro sino a raffreddamento.

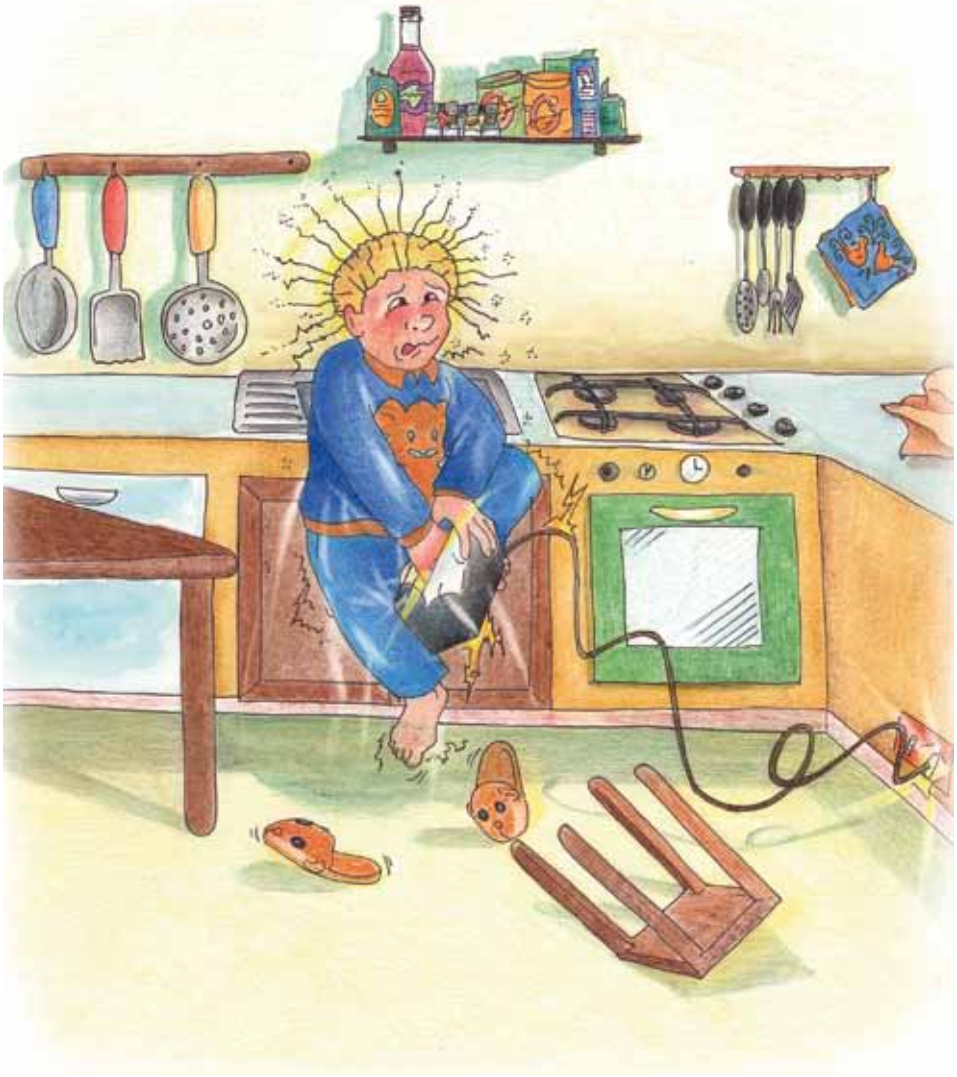
«Manca il latte e lo zafferano… ah! ho finito anche il nastro isolante!»

- Staccare la spina prima della pulizia degli elettrodomestici, non usare mani su apparecchi accesi!
- Disattivare l'impianto dell'interruttore centrale ogni qualvolta si interviene sull'impianto (anche cambio lampadina)
- Evitate il collegamento moltiplicato alle prese multiple di ciabatte e prolunghe, possono surriscaldarsi e provocare scintille e incendi.
- Acquistare Elettrodomestici col marchio CE.



«Evitare comportamenti a rischio soprattutto in zone dove può essere presente acqua. Indossare calzature isolanti»

- Non lasciare phon, radio, nelle vicinanze del lavandino o sul bordo vasca. Fissare al muro i caldobagno con appositi tasselli.
- I punti acqua devono essere distanti almeno 60 cm da prese di corrente e interruttori.



«Evitare di far maneggiare apparecchi elettrici, anche apparentemente innocui, ai più piccoli»

Nell'uso quotidiano di apparecchi elettrici, è bene ricordarsi di maneggiarli solo con mani asciutte ed evitare di lavarli immergendoli in acqua, il possibile riutilizzo può causare un corto circuito.

Non lavarli mentre sono sotto tensione!

Un'attenzione particolare dobbiamo averla nei confronti degli anziani che come i bambini sono più fragili sia per la loro situazione fisica (disturbi della vista/tremori delle mani) che per il loro equilibrio mentale.

Ricordiamo loro di:

- non cambiare mai le lampadine arrampicandosi da soli su sedie e scale
- staccare l'interrutore centrale prima di ogni intervento su apparecchiature elettriche
- applicare il salvavita all'impianto di case anche costruite da molti decenni
- rimuoviamo dalle loro case prese sovraccaricate e abituiamoli all'uso di pantofole
- scoraggiamo il "fai da te" sopratutto l'abitudine di incerottare i fili dove la guaina è usurata
- evitiamo che usino prolunghe sul pavimento e sotto i tappeti soprattutto in zone umide della casa.

Si consiglia:

Se l' infortunato è cosciente

1) Evitare di toccare l' infortunato
2) Staccare la spina o meglio ancora la corrente
3) Accompagnare l'infortunato al Pronto Soccorso

Se l' infortunato è incosciente

1) Evitare di toccare l'infortunato
2) Staccare la corrente se la fonte è a portata di mano e dire a qualcuno di chiamare il 1.1.8.
3) Posizionarsi su un asse di legno o di gomma per isolare il paziente dalle fonte elettrica (spostandolo con un manico di scopa privo di parti metalliche E/O afferrandolo per gli indumenti solo se asciutti

Se non fatto chiamare il 1.1.8.

N.B. mantenere la calma nell'esposizione dell'accaduto e precisione nell'indirizzo!

Il rischio di Incendio

Damiana Spanu

Un incendio non è altro che una combustione che si propaga in modo incontrollato, è necessario che vi sia un comburente un combustibile e un innesco o temperatura di accensione. Nelle case non mancano di certo i combustibili, rappresentati dalla maggior parte dei rivestimenti, (moquette, parquet perlinati in legno) e talvolta arredi (letti, divani, tende, mobilia in legno); a peggiorare la situazione la presenza di liquidi infiammabili come alcol, acetone, trielina, acquaragia e altri solventi.

Perché un incendio possa propagarsi e bruciare ha necessità di ossigeno che rappresenta il comburente.

La sorgente di innesco è quel "qualcosa" su cui possiamo intervenire con la prevenzione!

Possiamo distinguere infatti:

Accensione diretta: quando il combustibile viene direttamente in contatto per esempio con la fonte di calore come fiammiferi accesi, mozziconi di sigaretta, lampadine a diretto contatto con stoffe e tendaggi, ecc. È il tipo più frequente di incendio.

Accensione indiretta: quando il combustibile viene a contatto per irraggiamento o convezione con il calore, come nel caso di incendi prodotti dalle lampade installate troppo vicino a superfici combustibili (rivestimenti in legno e tendaggi).

Altro (non frequenti in ambito domestico).

Effetti sul corpo umano

Un incendio può causare problemi respiratori per l'inalazione di fumi tossici, anossia e un'azione prettamente termica. Le ustioni possono essere causate o per contatto o per irraggiamento della pelle esposta. Respirare l'aria calda prodotta dall'incendio provoca inoltre ustioni all'intero apparato respiratorio.

Le ustioni sono lesioni provocate dagli effetti distruttivi sulla pelle e talora anche su mucose respiratorie e gastroenteriche causati dal calore (fiamma libera, corpi roventi o liquidi surriscaldati, vapore).

A seconda della gravità le ustioni vengono classificate in 3 gruppi:

• Ustioni di 1° grado: sono le più lievi, con semplice arrossamento, bruciore e dolore per contatto.

• Ustioni di 2° grado: sono molto dolorose e sono presenti vesciche ripiene di liquido.

• Ustioni di 3° grado: sono le più gravi. Nell'area colpita la pelle è completamente distrutta in tutto in suo spessore. La guarigione richiede tempi lunghi e lascia cicatrici permanenti.

«Il fumo nuoce gravemente alla salute»

Non fumate vicini a tessuti infiammabili, non addormentatevi con la sigaretta accesa e non abbandonate mai mozziconi in giro (né accesi né spenti! Vedi avvelenamento). Sorvegliate le persone anziane in questo senso.

Tenete lontani gli accendini (perché anche un bambino schiacciandolo a testa in giù può accenderlo) e i fiammiferi.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità pubblica nel Dicembre del 2008: in Europa nel 2004 ci sono stati 1700 morti di bambini e adolescenti per ustioni. Morti e infortuni sono causate da prodotti e comportamenti non sicuri, questo significa che 9 vite su 10 potrebbero essere salvate.

«Non arredate la stanza del bambino con materiali sintetici, che prendono facilmente fuoco, soprattutto se nelle vicinanze ci sono stufe incandescenti.»

Non posizionate molto vicino al letto una lampadina su cui il bambino possa appoggiare il lenzuolo o fogli di carta; evitate di creare luce fioca coprendo magari con un fazzoletto l'abatjour .

Non usate tessuti sintetici nel vestiario, soprattutto quelli composti da acetato e poliammide perché moltiplicano esponenzialmente il rischio di ustione grave. Gli abiti dovrebbero essere sempre composti da almeno il 50% di tessuti naturali (non infiammabili).

Giochi pericolosi!

«Proibite l'uso di fuochi d'artificio e petardi ai bambini: oltre all'ustione è comune la perdita della vista e, talvolta a seconda dell'entità dell'esplosione la perdita della mano!»

Genitori e Figli Pericolosi

«La temperatura del termostato dello scaldabagno deve essere inferiore a 50° per evitare che i bambini si ustionino sotto la doccia o da soli.»

È bene che in casa vi sia il miscelatore con temperatura preimpostata; anziani e bambini potrebbero incorrere in pericolose ustioni.

L'autoclave autonomo deve essere esterno.

Durante il bagnetto è "caldamente" consigliata la prova gomito prima che l'acqua tocchi il pargoletto;

Si raccomanda la prova "*piega del gomito*" per alimenti e per i liquidi del biberon soprattutto se si è usato il microonde.

Tenete lontano dalla portata del bambino qualunque oggetto molto caldo:

Non bevete né maneggiate mai nulla di caldo con bambini in braccio o nelle vicinanze immediate!

«Tazze e bicchieri con bevande, piatti o pentole con cibi bollenti, sui bordi dei tavoli possono essere facilmente raggiungibili dai bambini e rovesciabili addosso. Tenere i bambini lontani dai fornelli (anche il vapore può causare ustioni)»

N.B. Nel microonde i cibi si riscaldano dall'interno verso l'esterno, in particolare i liquidi interni possono raggiungere temperature vicine all'ebollizione anche se superficialmente il cibo può apparire solo tie-

pido, quindi verificare la temperatura interna! Insegnare alle persone anziane come usarlo… o meglio, evitarne l'uso.

N.B. Non lasciate mai ad aspettare, fiduciosi, bambini, nonni e animali in macchina nelle ore più calde. Non chiudere mai la macchina se all'interno vi è qualcuno.

Ricordatevi che avete qualcuno sul seggiolino quando vi allontanate! Quando parcheggiate per molte ore la macchina al sole coprite il seggiolino con un telo, in particolare se ha parti metalliche e controllate sempre con la mano la temperatura prima di mettere a sedere il bambino.

«nell'augurarvi di riavervi presto a bordo vi ricordiamo di verificare di non aver dimenticato "affetti" personali…»

Anche se papà possiede l'ultimo modello di SUV il bambino va posto su di un seggiolino omologato, idoneo per l'età, posizionato sul sedile posteriore dell'automobile.

Attenzione e cautela al passaggio dei bambini a fianco alle moto ferme sui marciapiedi, per la possibilità che la **marmitta sia ancora rovente**.

E ancora: è buona norma usare barriere protettive davanti ai **fornelli**, **stufe e camini** quando sono in funzione.

Non accendete fuochi con l'ausilio di liquidi infiammabili come l'alcool: una vampata potrebbe causarvi gravi ustioni.

Usare protezioni apposite per le scintille e per evitare cadute all'interno del camino.

Non usate liquidi infiammabili per accendere il fuoco!

In caso di incendio chiamate il 115, non aprite la finestra perché l'ossigeno alimenterebbe le fiamme, staccate la corrente e chiudete il gas non gettate acqua su impianti elettrici, uscite di casa chiudendo bene tutte le porte.

Usate sempre le scale e mai l'ascensore.

Insegnate ai bambini a fuggire di casa e non nascondersi.

In caso di ustione è **sempre meglio rivolgersi al medico**, in particolare:

- **se l'ustionato è anziano, diabetico o cardiopatico**;
- **se l'ustionato è un bambino di età inferiore a 3 anni**.

Estinzione dell'incendio

L'evoluzione di un incendio al passare del tempo dipende da vari fattori legati non solo alla tipologia e alla quantità del combustibile presente, alla ventilazione dei locali ma soprattutto al comportamento delle persone presenti.

Nella prima fase dell'innesco è possibile affrontarli con successo anche senza particolari attrezzature. Le basse temperature e l'assenza dei gas di combustione fanno sì che si possa intervenire, ad esempio, con una coperta o con un modesto getto d'acqua.

Nel caso si incendi dell'olio in una padella è sufficiente coprire con un coperchio… togliere l'ossigeno fa estinguere la fiamma.

Nelle fasi successive… l'unica cosa da fare sarà allertare i Vigili del Fuoco (**115**), evacuare i locali avvertendo possibilmente gli altri inquilini dello stabile.

Potrebbe essere consigliabile avere in casa degli estintori portatili.

Leggere sempre bene le condizioni di utilizzo, cioè il tipo di incendio. Un'altra accortezza è ricordare che necessitano di revisione annuale!

L'avvelenamento

Antonella Boi

Per avvelenamento si intende l'assorbimento per ingestione, inalazione o contatto di una sostanza tossica, il cui effetto può variare in base alla dose e alla modalità di assunzione (acuta o cronica, cioè massiva o lentamente nel tempo).

L'avvelenamento puo' essere accidentale o intenzionale.

Sappiamo che gli avvelenamenti si trovano ai primi posti tra le cause più comuni di morte nei bambini e che gran parte si verifica in ambiente domestico (ISS).

Può avvenire per:

- al di sotto di 1 anno: errato uso terapeutico dei medicinali da parte di un adulto.

- sotto i 5 anni : ingestione accidentale .

Da 1 a 5 anni il bambino è curioso tende ad ingerire tutto quello che gli lasciamo a portata di mano (in questa fascia di età sono fondamentali i comportamenti corretti, atti ad un'efficace prevenzione)

-Età adolescenziale: uso di droghe o tentativi di suicidio.

-Età adulta e anziani : uso scorretto dei medicinali (anziani), cattiva conservazione del cibo, ingestione accidentale.

Perché un bambino incorre nell'avvelenamento:

- Necessità fisiologica di esplorare il mondo esterno.

- Curiosità, capacità di ricerca e rapidità di azione.

- Gli adulti sottovalutano le sue capacità.

- Scarsa attenzione dell'adulto.

I bambini sono curiosi, sperimentano e la loro velocità di azione supera la nostra velocità di pensiero! È soprattutto il bambino che inizia a gattonare spedito e a camminare in modo autonomo, portandosi alla bocca tutto ciò che trova sul suo cammino, a rischiare; in questa fase del suo sviluppo psicomotorio è infatti la bocca lo strumento più importante con cui il bambino esplora il mondo che lo circonda.

«Curiosità, capacità di ricerca e… rapidità di azione.»

Dinamiche dell'incidente legate a comportamenti scorretti degli adulti

Le intossicazioni accidentali avvengono quando il prodotto è:

- a portata di mano
- in uso o preparato per l'uso
- messo in contenitore con chiusura non idonea
- con chiusura di sicurezza manomessa.

«Ahh… qualcuno ha tentato di avvelenarmi!»

Conservate i prodotti nei luoghi appositi.

Tenete i prodotti chimici per la casa e i farmaci in un posto possibilmente chiuso (armadio, mobiletto ecc.).

I sottolavelli della cucina e del bagno non sono luoghi idonei a contenere detersivi solidi e/o liquidi, detergenti, disincrostanti per il forno, acetone, talco, schiuma da barba, disinfettanti, lamette e forbici;

È bene non togliere mai l'etichetta in modo da sapere in ogni momento il contenuto della confezione.

Acquistate farmaci in confezioni a prova di bambini; non teneteli nella borsetta; non dimenticateli su comodini, in cucina, nei cassetti.

«in caso di silenzio… attenti ai bambini»

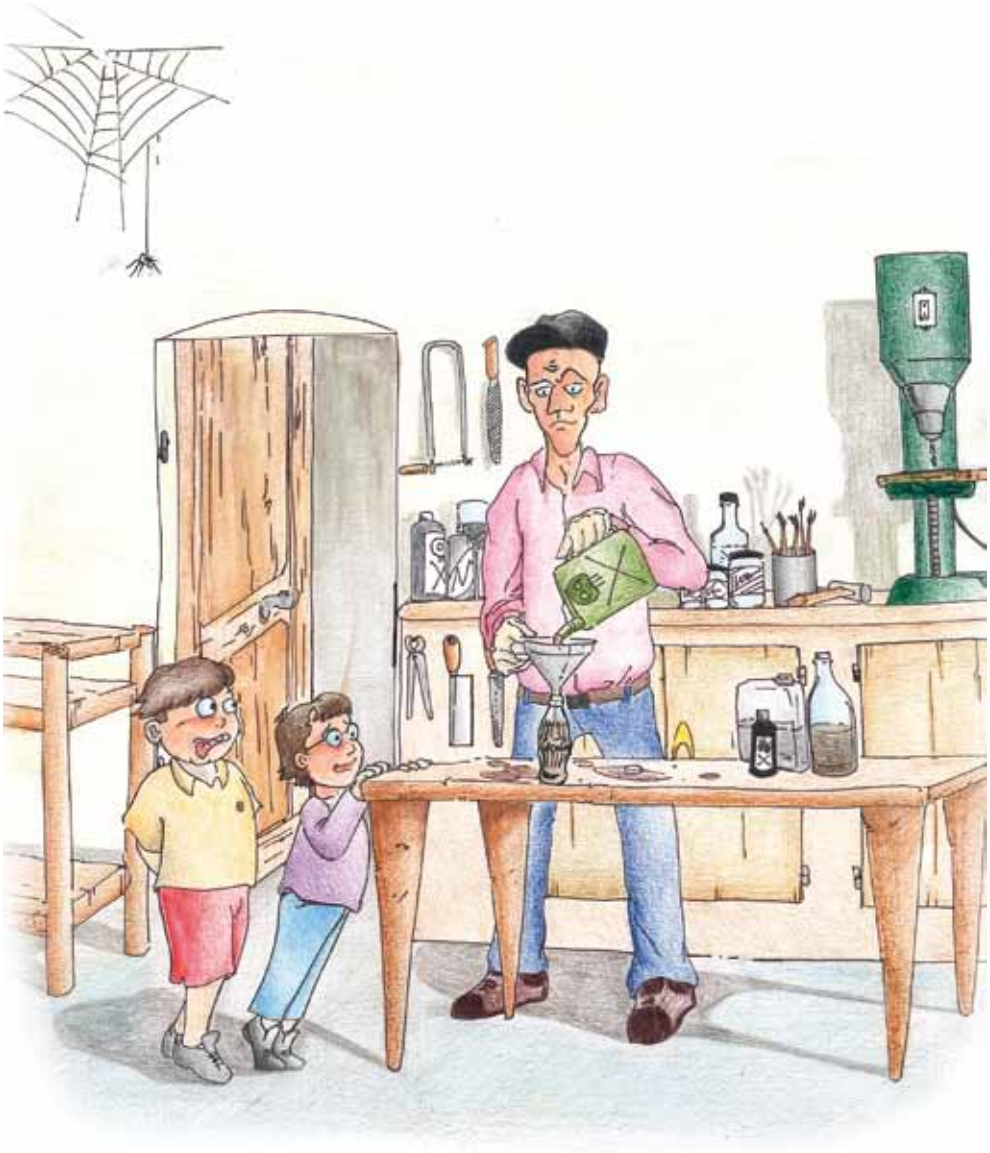
Il nostro comportamento può essere determinante:

Non travasare mai le sostanze (detersivi, diluenti, fertilizzanti per piante…) in contenitori diversi da quello originale.

Non sostituire il contenitore. In caso di avvelenamento è fondamentale poter avere a disposizione l'etichetta (Centro Antiveleni) e risalire alle quantità mancanti.

Se dovesse essere necessario effettuare una diluizione, è bene sempre servirsi di un contenitore graduato.

Non rimuovere i tappi. Nel caso in cui il prodotto sia fornito di chiusura di sicurezza, è bene che questa non venga mai manomessa.



«la Coca Cola nella bottiglia della Coca Cola»

SIMBOLI DI PERICOLO PIÙ COMUNI

Quando la composizione dei prodotti ne richiede la classificazione come pericolosi, sulle confezioni vengono riportati i seguenti simboli:

TOSSICO

Questi prodotti possono provocare danni gravissimi per ingestione, inalazione e contatto con cute e mucose.

Il simbolo si trova in particolare su preparati per togliere le macchie di ruggine dai tessuti.

Proteggere le mani con guanti e adottare precauzioni per evitare gli schizzi e l'inalazione del prodotto.

CORROSIVO

Si tratta di prodotti che a contatto con la pelle possono provocare ustioni. Per ingestione possono provocare gravi lesioni al tubo digerente, per contatto oculare danni permanenti visivi, per inalazione irritazione delle vie aeree. Il simbolo si può trovare su detersivi per lavastoviglie, sui preparati liquidi per sgorgare lavandini o tubature.

Proteggere le mani con guanti e adottare precauzioni per evitare gli schizzi e l'inalazione del prodotto.

NOCIVO

Questi prodotti possono provocare danni gravi per ingestione, inalazione e contatto con cute e mucose.

Evitare il contatto, l'inalazione e l'ingestione.

Proteggere le mani con guanti e adottare precauzioni per evitare gli schizzi e l'inalazione del prodotto.

IRRITANTE

Si tratta di prodotti che possono provocare irritazione per contatto con occhi e/o pelle, per ingestione o per inalazione.

Il simbolo si può trovare su: candeggina, ammoniaca, soluzioni anticalcare, detergenti per forni e superfici della cucina, preparati antimuffa, colle, detersivi per lavastoviglie, sbiancanti, prodotti per piante ornamentali.

Adottare precauzioni per evitare il contatto, l'inalazione o l'ingestione

INFIAMMABILE O ESTREMAMENTE INFIAMMABILE

Il simbolo si può trovare sulle bombolette spray, sugli smacchiatori a base di solventi, sugli articoli per impermeabilizzare le scarpe o altri prodotti per la manutenzione.

Tenere il prodotto lontano da fonti di calore, scintille o fiamme.

PERICOLOSO PER L'AMBIENTE

Si tratta di un simbolo che viene riportato su quei prodotti che, secondo i criteri di classificazione della legge sui preparati pericolosi, hanno effetti negativi sull'ambiente e/o sono persistenti.

Attenersi alle dosi di impiego raccomandate.

Non lasciare mai la confezione di un prodotto pericoloso aperta dopo l'uso.

Si consiglia di imparare a identificare i vari prodotti, particolare attenzione deve essere rivolta ai simboli di pericolo che compaiono sulle etichette.

Non usare i contenitori dei prodotti per la pulizia della casa per far giocare i bambini!

Prima di utilizzare un prodotto, è bene leggere attentamente le etichette, prestando particolare attenzione ai simboli di pericolo, alle frasi di rischio «R» e ai consigli di prudenza «S»;

In particolare, evitare accuratamente mescolanze di ipoclorito di sodio (la comune varechina, o candeggina) con acidi (acido muriatico, disincrostanti/anticalcare ecc.), poiché avvengono con liberazione di cloro, un gas estremamente tossico (addirittura mortale a elevate concentrazioni) e con produzione di calore.

Tenere fuori dalla portata dei bambini le bevande alcoliche e le sigarette

L'intossicazione da nicotina può verificarsi per:

a) ingestione accidentale di insetticidi contenenti il composto

b) ingestione accidentale di tabacco (bambini)

Il tabacco di una sigaretta può essere letale per un bambino di 10Kg.

La dose letale acuta per un adulto è di circa 60 mg.

I sintomi da intossicazione di nicotina sono: iperventilazione, nausea, vomito, dolori addominali, aumento della salivazione, depressione respiratoria, convulsioni, coma, blocco respiratorio fino alla morte.

Piante

I giardini e i parchi cittadini, ma anche le abitazioni e i luoghi di lavoro, ospitano numerosi esemplari e varietà di piante velenose o potenzialmente tali.

Alcune di queste piante, perfino molte di quelle che comunemente decorano le nostre case, possono rivelarsi talvolta addirittura letali in caso di ingestione o di contatto.

Attenti alle piante velenose: azalea, oleandro, mughetto, narciso, dieffenbachia, ciclamino, Stella di Natale, anemone, edera, vischio, filodendro, agrifoglio, ginestra, tasso, ortensia che sono fra le più diffuse e comuni nelle nostre case.

Anche i semi di alcuni frutti sono tossici (mandorle amare, pesche, albicocche) in quanto fonti di cianuro. Sono sufficienti una trentina di mandorle amare per provocare la morte.

L'ingestione di 2 o 3 semi di albicocca o 5 di pesca o prugna può uccidere un bambino.

Attenti anche a bacche (belle colorate!) e semi di ricino.

Le bacche di Agrifoglio possono essere mortali!

Sostanze inalanti

Si distinguono quattro classi fondamentali di veleni inalanti:

- sostanze volatili (colla, bombolette per accendini, solventi delle vernici , smalti, smacchiatori, correttori per la dattilografia, benzina, cherosene, gas di scarico)
- aerosol (lacche per capelli, deodoranti, vernici spray)
- anestetici (etere, cloroformio, protossido d'azoto)
- nitriti volatili (farmaci per malattie cardiache, componente di alcuni deodoranti per ambiente)

L'effetto e la tossicità di queste sostanze variano ampiamente; l'inalazione di colle è meno pericolosa rispetto ad altri inalanti.

Alimenti

I principali problemi della sicurezza alimentare sono di origine microbiologica, il 30% della popolazione va incontro a malattia e il 40% delle tossinfezioni alimentari si verificano in ambiente domestico.

La responsabilità principale nel mantenimento del proprio stato di salute dipende dai comportamenti e dalle scelte da parte del consumatore. Nelle tossinfezioni alimentari diventa fondamentale l'uso degli alimenti, la loro conservazione e il loro trasporto dai luoghi di acquisto nonché il loro stoccaggio (catena del freddo).

«Non sono consentiti allevamenti domestici di "specie protette"»

Il freddo

- Non distrugge i microrganismi e non li inattiva definitivamente
- Consente un prolungamento dei tempi di conservazione
- Rallenta la moltiplicazione della maggior parte dei patogeni

A temperatura ambiente, o meglio nell'intervallo di temperatura

che va da 10°C a 65°C, i cibi e gli alimenti debbono sostare per il minor tempo possibile.

Utilizzo corretto del frigorifero

- Assicurarsi che ci sia un termometro preciso e controllare frequentemente la temperatura
- Evitare di riempire eccessivamente il frigorifero perché all'interno deve circolare aria
- Recipienti di metallo o vetro devono essere posti nella parte inferiore, in modo da evitare sgocciolamenti
- Coprire i recipienti, per impedire contaminazioni
- Conservare separatamente cibi cotti e cibi crudi
- Non mettere mai cibi caldi nel frigorifero, per non causare innalzamenti della temperatura

Scongelamento

- I prodotti congelati, una volta scongelati in frigorifero, devono essere lì conservati e consumati entro 24 ore.
- Non scongelare mai a temperatura ambiente: i germi possono moltiplicarsi dopo lo scongelamento.

Gli alimenti già scongelati non possono essere ricongelati!

Il calore

- Pastorizzazione (65°C – 80°C per alcuni minuti): vengono distrutti i germi patogeni

- Ebollizione: si ottiene la distruzione dei microrganismi; alcune spore e tossine possono resistere

- Sterilizzazione: si ha la distruzione di tutti i microrganismi.

I funghi

- I funghi vanno raccolti interi e non in stato d'alterazione (ammuffiti, fradici ecc.);

- Non raccogliere i funghi in aree sospette d'inquinamento (come es.: discariche, lungo arterie stradali ecc.);

Far controllare tutti i funghi raccolti solo dagli Ispettori Micologi delle ASL.

- La cottura, l'essicazione o altri sistemi non servono a "svelenire" i funghi mortali (Amanita phalloides, A. verna, A. virosa, Lepiota specie, Cortinarius orellanus e altri) le tossine sono termostabili e quindi non perdono la loro tossicità.
- Tutti i funghi vanno mangiati ben cotti poiché crudi sono scarsamente digeribili, alcuni addirittura velenosi perché contengono tossine termolabili (cioè che si degradano con la cottura); ad esempio il comune "chiodino" Armillaria mellea è tossico se non è prebollito per almeno 15-20 minuti prima della cottura definitiva.

Non si devono somministrare i funghi ai bambini, donne in stato di gravidanza o persone che presentano intolleranza a particolari farmaci o disturbi allo stomaco, al fegato ed al pancreas senza il consenso del medico.

«Far controllare tutti i funghi raccolti solo dagli Ispettori Micologi delle ASL»

Segnali d'allarme di avvelenamento:

- sintomi quali nausea e vomito, dolori addominali, diarrea, pallore e difficoltà respiratorie, brividi di freddo, mal di testa, difficoltà visive, perdita di conoscenza.
- vesciche e segni di ustione alla bocca e al viso (caustici)

Davanti a un sospetto di avvelenamento è indispensabile individuare la tipologia della sostanza tossica ingerita e consultare immediatamente un medico o recarsi tempestivamente in un pronto soccorso, avendo l'accortezza di:

- portare con sé parte del cibo ingerito o la confezione della sostanza implicata.
- accertarsi, anche chiedendo ad altri membri della famiglia o comunque a chi era presente, della quantità ingerita e del tempo trascorso dall'assunzione.

La gravità dell'avvelenamento dipende dal tipo di sostanze ingerite.

È meglio chiamare rapidamente il 1.1.8. o il Centro Antiveleni!

Non fate vomitare, se vi è bruciore in bocca, (Acidi e basi forti) dolore alla deglutizione o presenza di schiuma. Il danno verrebbe raddoppiato per l'ulteriore passaggio della sostanza irritante.

Non somministrate nulla per bocca (es. il latte) ad eccezione di acqua, per non mascherare la diagnosi e le lesioni.

Prima di qualsiasi intervento è bene telefonare a un centro antiveleni e alle richieste del medico essere pronti a fornire le seguenti informazioni:

- età e peso del paziente;
- sostanza assunta (se si tratta di un farmaco, anche il solo nome commerciale);
- dose assunta;
- tempo trascorso dall'assunzione;
- sintomi presenti.

È sempre opportuno recarsi in ospedale con urgenza.

«…non perdete la calma!»

L'avvelenamento da gas

Damiana Spanu

L'utilizzo improprio del gas (gas naturale, più comunemente conosciuto come GPL), legato a comportamenti erronei e a volte dolosi, presenta diverse tipologie di rischio d'incidente: l'incendio, l'esplosione, l'intossicazione e l'asfissia.

Oggi assistiamo purtroppo ancora ad incidenti spesso mortali causati da avvelenamento da monossido di carbonio, (che non è legato solo alla combustione di gas). La pericolosità degli impianti a gas nel settore domestico, non è che in minima parte dovuta alla infiammabilità del gas combustibile, quanto alla formazione di ossido di carbonio. Secondo un comunicato stampa del Comitato Italiano Gas-CIG, nel corso dell'anno 2005 gli incidenti da gas combustibile relativi al gas distribuito per canalizzazioni (metano)e al gas di petrolio liquefatto (Gpl) per usi civili sono stati 337, con 27 decessi.

*"**Monossido di carbonio**... **capace di avvelenare insidiosamente, senza che le vittime possano avvertire la sua presenza, specialmente durante il sonno**.»*

La pericolosità del CO dipende dalle sue caratteristiche fisiche e dalle sue proprietà biochimiche; si tratta infatti di un gas incolore e inodore, facilmente mescolabile con l'aria, assolutamente non irritante, capace pertanto di avvelenare insidiosamente, senza che le vittime possano avvertire la sua presenza, specialmente durante il sonno.

La tossicità è legata alla proprietà del CO di legarsi stabilmente all'emoglobina (Hb).

Da tale legame si forma carbossiemoglobina, così che il sangue non ha più la stessa capacità di trasporto dell'ossigeno verso i tessuti corporei, con conseguente asfissia.

I sintomi dell'avvelenamento da CO possono essere facilmente confusi con quelli di altre malattie, motivo per cui spesso si giunge alla diagnosi in ritardo o addirittura si rischia che non la si faccia affatto.

"Il tubo di raccordo deve essere integro e stare lontano da fonti di calore, va controllata la data di scadenza e verificata pertanto la sua integrità»

Gli effetti dell'esposizione sono tanto più gravi quanto maggiore è la concentrazione dell'ossido di carbonio nell'ambiente e quanto maggiore è il tempo di esposizione.

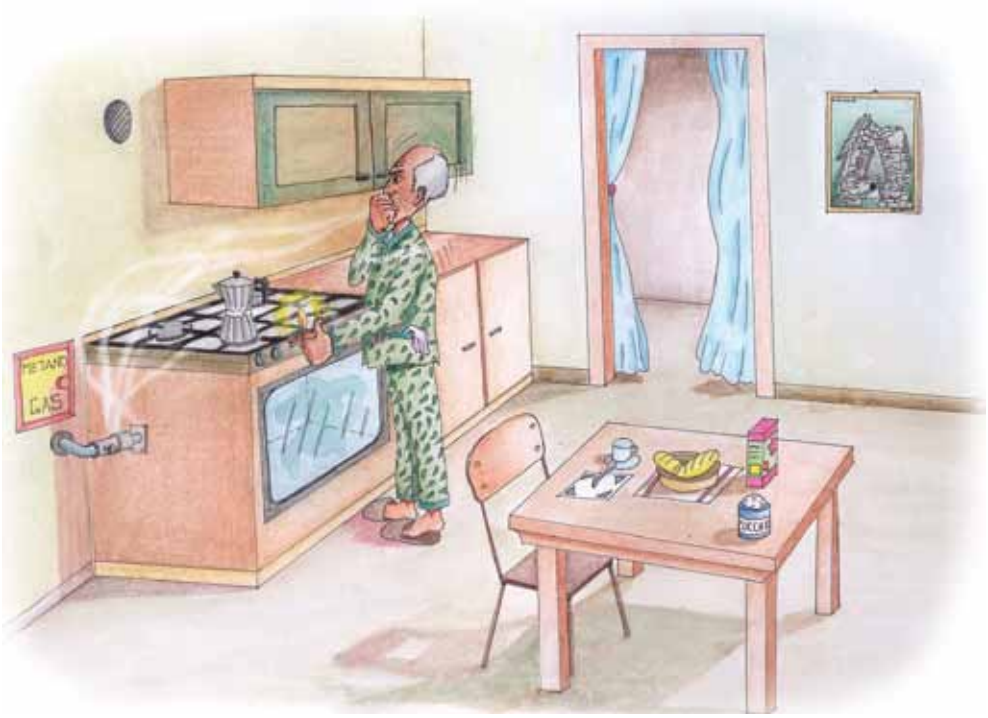
Da evitare gli apparecchi a fiamma libera (stufe a kerosene, caldaiette interne a gas, stufe a legna,ecc), perchè consumano ossigeno e comportano il rischio di intossicazione da ossido di carbonio.

Il GPL gas da cucina è più pesante dell'aria, tende a raccogliersi partire dal pavimento e quindi ad accumularsi anche negli ambienti più bassi come le cantine, comunicanti con il resto della casa.

Va allontanato attraverso le porte o porte finestre (non conservare bombole GPl nel seminterrato).

Il metano è invece più leggero dell'aria e in caso di perdite tende a disperdersi verso l'alto allontanandosi facilmente dalle finestre o dalle aperture di sicurezza.

È bene prevedere negli ambienti (cucina o stoccaggio) le prese d'aria nelle posizioni corrette.



«Contrariamente a quanto si creda cercare perdite di gas con una fiammella accesa non è il modo più VELOCE! Meglio non improvvisare.»

Le stufe a gas possono costituire elementi di rischio se non sono installate correttamente o sono in cattivo stato di manutenzione.

Ricordarsi che secondo la normativa vigente sulla sicurezza degli impianti, ogni impianto a gas deve essere controllato ogni anno da un tecnico abilitato.

In caso di odore di gas non suonate i campanelli per avvertire l'inquilino, chiamate il 115!!!

Imparate e insegnate a tutta la famiglia, bambini compresi, a conoscere l'ubicazione delle valvole principali e le posizioni di apertura e chiusura.

Uso consapevole del gas: regole pratiche per l'utente

Solo le imprese in possesso dei requisiti previsti dal D.M. 37/08 possono realizzare, modificare e manutenzionare gli impianti.

Gas Metano

A. La regola più importante per la sicurezza è quella di assicurare che nei locali dove sono presenti caldaie, boiler non stagni, stufe, apparecchi di cottura, possa circolare tutta l'aria necessaria alla corretta combustione. A tale scopo nel locale devono essere presenti le previste **aperture di ventilazione** che devono essere mantenute libere da ostruzioni, ingombri e pulite.
B. La tubazione del gas deve essere a tenuta e le tubazioni flessibili che collegano l'impianto agli apparecchi, devono essere in perfetto stato. È necessario fare eseguire un controllo della tenuta dell'impianto se si avverte odore di gas, anche lieve. Il controllo della tenuta deve comunque essere eseguito anche in occasione della manutenzione della caldaia.
C. Lo sbocco dei p.d.c. deve essere posto al tetto in zona "sicura" e tale da non interferire con le eventuali aperture di ventilazione vicine.
D. Non utilizzare gli apparecchi a gas in modo difforme allo scopo per il quale sono stati costruiti e dotati delle relative sicurezze.
E. Non depositare in vicinanza degli apparecchi materiali infiammabili come legno, carte, stoffa, solventi e vernici, ecc.
F. Non lasciare i fornelli del piano di cottura accesi se non si è presenti nell'abitazione. Non riempire eccessivamente le pentole.
G. Chiudere il rubinetto generale del gas in caso di assenza da casa.
H. Fare eseguire con regolarità le manutenzioni prescritte relative alle caldaie.
I. In caso di dispersioni di gas avvertite (al gas è aggiunto un odoriz-

zante per renderne avvertibile all'olfatto la presenza), non accendere la luce, non accendere nessun apparecchio a fiamma libera, aprire immediatamente le porte verso l'esterno e le finestre, chiudere i rubinetti del gas, generale e degli apparecchi, avvisare il 1.1.8. e l'azienda distributrice del gas.

Allontanarsi dall'abitazione in attesa dell'intervento degli specialisti.

Bombole GPL

A. Occorre acquistare solo bombole riempite dagli appositi centri di imbottigliamento che forniscono la garanzia di un corretto riempimento (massimo 80 % del volume) e che effettuano sicuramente la prova di tenuta.

   È vietato il riempimento presso le stazioni di rifornimento del GPL per autotrazione perché non c'è garanzia del rispetto di questi requisiti.

B. La bombola deve essere posizionata in un luogo o locale con pavimento a quota superiore a quella del piano di campagna.

C. Il luogo o locale dove è posta la bombola deve essere permanentemente aerato (meglio se esternamente).

D. La bombola non deve essere esposta a fonti di calore come camini, cucine, barbecue e non deve essere esposta ai raggi solari.

E. Il posizionamento della bombola deve essere verticale: in questo modo fuoriesce solo la parte gassosa.

F. La sostituzione della bombola deve essere eseguita da persona addestrata; durante la sostituzione il rubinetto deve essere mantenuto chiuso.

G. Non bisogna effettuare la sostituzione in presenza di fiamme, scintille o apparecchi elettronici in funzione.

H. Se si sente odore di gas bisogna ventilare bene il locale e chiudere il rubinetto della bombola, evitando di provocare scintille.

I. I tubi di gomma collegati alla bombola vanno cambiati entro la scadenza.

J. La bombola vuota non deve essere gettata o abbandonata ma deve essere riconsegnata al venditore dal quale si acquista la bombola piena.

Per evitare di restare vittime dell'intossicazione, prima di entrare spalancate la porta, poi muovetela, nel senso dell'apertura e della chiusura, con energia e ripetutamente, per ventilare l'ambiente. Entrate trattenendo il respiro e trascinate fuori l'infortunato il più rapidamente possibile; se è incosciente chiamate immediatamente il 1.1.8.

L'annegamento

Gavina Porcu

Per annegamento si intende la morte dovuta all'ostruzione delle vie respiratorie da parte di un liquido anche in piccole quantità.

Questo è quello a cui si dovrebbe pensare quando per leggerezza consideriamo solo grosse raccolte d'acqua possibili potenziali di annegamento.

L' annegamento è in Europa la prima causa di morte nei bambini tra 1 e 4 anni (dati OMS).

Tra gli anziani è la quinta causa di infortuni mortali e provoca nell'Unione Europea 1.800 morti all'anno (EU.NE.S.E. 2008).

Ad un bambino bastano 5-10 cm d'acqua e 10 secondi di tempo per annegare! ... ma anche un anziano annega facilmente soprattutto quando non ha l'agilità e la forza necessaria per sollevarsi da solo o chiedere aiuto!

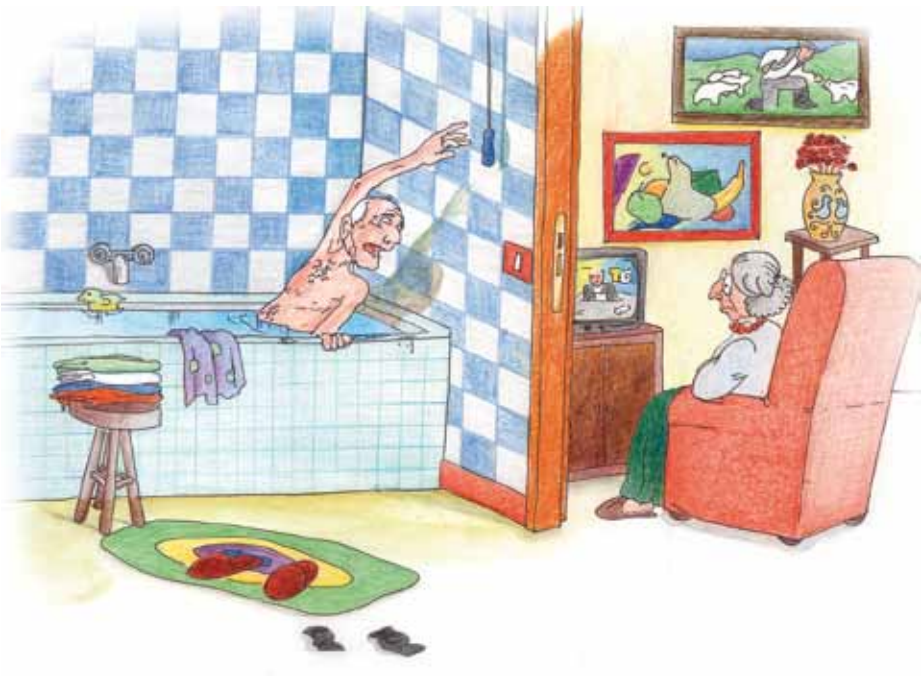
Una percentuale altissima di incidenti per annegamento contrariamente a quanto si pensi, avviene in ambito domestico, molto spesso sono situazioni limite, che hanno sempre dell'incredibile! Per prevenirli, data anche la rapidità con cui accadono, occorre mettere in atto tutte le azioni di prevenzione necessarie per evitare che si creino le occasioni!

«L'uso prolungato del cellulare... nuoce alla salute.»

In casa

È bene:

- Controllare sempre un bambino di età inferiore ai 3 anni mentre fa il bagnetto.
- Controllare sempre anche i bambini più grandi, spesso fanno giochi pericolosi (trattenere il respiro fino a perdere i sensi, coprire il viso con oggetti pericolosi,tenere la testa sott' acqua etc..).
- Svuotare sempre le vasche da bagno, i bidet, i catini o qualsiasi altro recipiente che contenga l'acqua.



«Sistemi di chiamata… a portata di mano!»

- Posizionare nella vasca e/o nella doccia un sistema di chiamata attraverso una cordicella che abbia una lunghezza tale da essere raggiunta facilmente anche dalla posizione sdraiata.
- Mettere in vasca o nella doccia appositi maniglioni se è previsto l'uso da parte di anziani.
- Verificare periodicamente il funzionamento del campanello di chiamata.
- Dotare docce e vasche di sistemi d'appoggio ed antiscivolo.
- Non chiudere mai la porta a chiave.

- Dotare gli acquari di adeguati pannelli di protezione o collocarli in modo da non essere facilmente raggiungibili dal bambino.
- Sistemare secchi, bacinelle o altri contenitori con acqua o altri liquidi in posti non raggiungibili dai bambini.

In giardino

È bene:

- Recintare le piscine in modo che il bambino non possa accedervi autonomamente.
- Sgonfiare sempre dopo l' uso le piscine gonfiabili.
- Tenere sempre chiusi pozzi, cisterne, riserve idriche e non accessibili ai bambini.
- Recintare o coprire con sistemi di sicurezza tutte le raccolte d' acqua
- Evitare situazioni di pericolo per l'anziano ipovedente e dalla camminata instabile
- Insegnare a nuotare ai piccoli il più presto possibile.

«Purtroppo molto spesso gli annegamenti sono silenziosi e non attraggono l'attenzione di chi c'è accanto… se poi la distanza è notevole…»

I giochi

Annalisa Porcella

Nel bambino la maggior parte degli incidenti avviene durante il gioco.

Conoscere i rischi insiti nell'uso di giocattoli e giochi, nel gioco per la strada ed al parco giochi, permetterà di impostare una corretta ed efficace prevenzione della gran parte degli incidenti pediatrici.

In Italia, circa il 2% degli infortuni pediatrici che afferiscono in Pronto soccorso, avvengono nei parchi giochi.

Le cause degli incidenti sono legate a fattori oggettivi strutturali, cioè a giocattoli non correttamente progettati o realizzati, oppure fattori soggettivi comportamentali, nei quali alla base dell'incidente vi è uno scorretto utilizzo di un giocattolo pur sicuro, o ad entrambi tali fattori.

Magneti e tossicità da pile.

«Questa pila deve essere guasta…»

- Attenzione alla presenza di magneti nei giochi per bambini: se ingeriti danneggiano gravemente l'intestino.

- Utilizzate solo pile al litio! Quelle alcaline sono dannose per lo stomaco se ingerite.
- Attenzione alle vernici al Piombo dei giocattoli: sono tossiche se ingerite.

Oltre al pericolo insito in alcune delle sostanze contenute nelle pile, nel caso dei magneti va tenuto conto che possono continuare ad esercitare la loro azione, creando se più di uno, contatti attraverso i tessuti con aderenze, compressioni esclusione di parti di tessuto dal circolo vascolare e conseguente morte del tessuto cellulare (necrosi) con conseguenze a volte catastrofiche.

Rischio elettrico

«I bambini sono ottimi conduttori!»

- Sono proibiti i giocattoli alimentati direttamente con presa elettrica.
- I giochi elettrici devono funzionare con trasformatore esterno con salvavita a bassa tensione (massimo 24 volt).
- I giochi elettrici devono avere i marchi IMQ e CE, che garantiscono maggiore sicurezza.

Traumi, ferite ed ustioni:

- Non acquistare giocattoli con parti appuntite o taglienti o con ingranaggi esposti.
- Fate in modo che non usino per giocare contenitori vuoti di sostanze pericolose o oggetti in disuso.
- Non regalate ai bambini pistole giocattolo o fionde: sparano proiettili duri che possono causare lesioni importanti agli occhi!
- Acquistate solo giocattoli in plastica ABS non infiammabile: la plastica PVC se masticata o succhiata rilascia ftalati che sono tossici.

Danni uditivi

- Il volume di suonerie e musiche dei giocattoli non deve superare gli 80 Decibel
- L'eccessivo rumore provoca danni all'udito e ridotta attenzione, che aumenta il rischio di incidenti.

«L'inquinamento acustico è un'importante causa di ipoacusia e invalidità permanenti»

Giochi in giardino:

«Caspita! È più divertente che giocare a bowling!»

- Lo spazio gioco deve essere ben identificato e reso sicuro
- Scivoli ed altalene, vanno installati in terreni non duri o abrasivi e fissati stabilmente.
- È bene recintare l'altalena per evitare che altri bambini vi accedano dal retro.
- Evitate che tende e casette abbiano sistemi di blocco della chiusura.
- Non lasciate che i bambini giochino vicino a voi, mentre fate lavori con attrezzature potenzialmente pericolose come tosaerba o sega elettrica.
- Se vi sono animali è bene insegnare ai più piccoli a rispettarli e comprenderne il comportamento.

Infine ricordarsi che i genitori non sono gli unici attori della prevenzione; anche gli altri che si prendono cura dei bambini quali fratelli o baby-sitter, devono essere coinvolti e responsabilizzati, ad esempio insegnando loro a non lasciare in giro oggetti pericolosi per il piccolo.

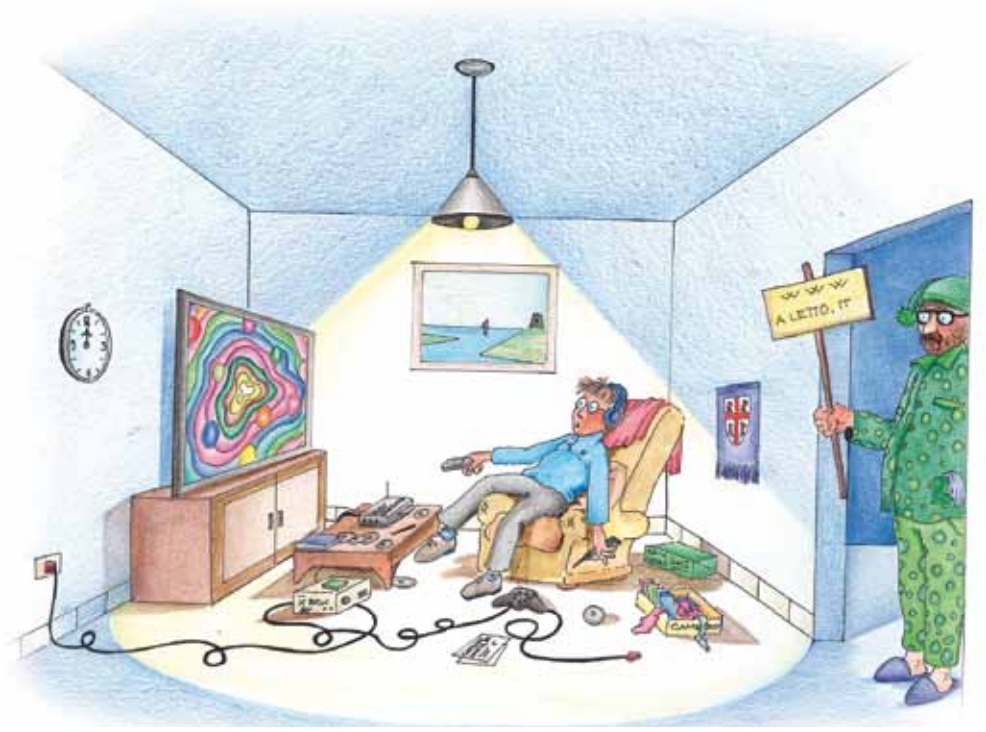
Pericoli al parco giochi:

- Verificate che attorno al gioco ci sia adeguato spazio libero e di caduta
- Attenzione ai giochi gonfiabili: devono essere ancorati a terra con funi e non utilizzati in presenza di vento
- Insegnate ai vostri bimbi i pericoli della strada e la sua segnaletica, regalate loro un caschetto protettivo omologato CE ed insegnategli ad allacciarlo quando va in bicicletta, monopattino, pattini o triciclo. Certe cadute possono causare esiti permanenti a volte fatali.

*«… **insegnategli ad allacciarlo! Anche se senza casco guadagna "punti"»***

Videogiochi

Il bambino non deve rimanere più di 2 ore al giorno davanti a tv, PC, videogiochi e deve interromperne l'uso ogni 45 minuti. L'abuso di tali tecnologie determina danni fisici e psichici.



*«**comunicare è un'arte**…»*

Nonno, regala un libro di favole ai tuoi nipotini, piuttosto che un videogioco, e leggile loro: saranno felici di stare ad ascoltarti!

Inalazione (giocattoli inadatti):

È necessario valutare la curiosità dei più piccoli e la necessità di portare tutto alla bocca.

Non lasciate a disposizione di bambini sotto i 4 anni oggetti con diametro inferiore a 4 cm: rischio di inalazione e soffocamento!!!

Anche i bimbi più grandi per gioco rischiano di mal valutare le loro possibilità, insegnamo loro a non portare alla bocca piccoli oggetti.

Attenzione a lacci, corde e buste di plastica! Lasciate a disposizione dei bambini solo giochi indicati alla loro età (riportata sulla confezione).

Attenzione a tappi, bottoni e ai giocattoli con piccole parti staccabili (occhi o nasi di peluche…)

Anche cibi di piccole dimensioni: caramelle, olive, fagioli, noccioline, semi di albicocca: sono a rischio di inalazione per grandi e piccini!

«Nonna, attenta anche alla scatola del cucito»

BIBLIOGRAFIA essenziale

Pitidis A.,**Taggi F.**, *Considerazioni per lo sviluppo di azioni mirate di prevenzione degli incidenti domestici nell'età pediatrica*, Istituto Superiore di Sanità-Sistema Informativo Nazionale sugli Infortuni in Ambiente di Civile Abitazione (SINIACA), Roma, 2007.

American Academy of Pediatrics, *The injury Prevention Programm* (TIPP) e Accademia Italiana di Pediatria, Programma di Prevenzione degli Incidenti, CSH, Milano, 1997.

ASLNuoro, *Il Libro delle Trappole*, Pediatria di Comunità, 2004.

ASLNuoro, *Libretto Pediatrico*, Pediatria di Comunità, Nuoro, agg.2008.

Aureli P., Orefice L., *Alimentazione sicura in ambito domestico: obiettivi e raccomandazioni per la prevenzione e sorveglianza delle tossinfezioni alimentari*, Centro Nazionale per la Qualità degli Alimenti e per i Rischi Alimentari, ISS Rapporti ISTSAN, Roma, 2006.

Bianchi A.R., Erba P., Massari S., Scarselli A., *Infortuni negli ambienti di vita: i dati dell'Osservatorio epidemiologico ISPESL*, Roma, 2004.

CCM 2005,Intesa Stato Regioni Province Autonome del 23 marzo 2005.*Piano nazionale della Prevenzione 2005-2007: linee operative per la pianificazione regionale*, Roma.

Cellai GF., Secchi S., Busa L., *La protezione acustica degli edifici*, Alinea, Firenze, 2005.

CIG, *Incidenti da gas combustibili in Italia-Anno 2007*, San D.Milanese, 2008.

Costantini M., Boccalini D., *Impariamo a difenderci dai rischi in casa, a scuola e nel territorio*, Ministero dell'Interno, Direzione Generale della Protezione Civile e dei Servizi Antincendi, Roma, 2001.

EUNESE *European Network for Safety among Elderly, Network europeo per la sicurezza degli anziani, Dossier Europa*, Copenhagen e Roma, dicembre 2008.

Gentile R., *Manuale di acustica applicata*, Il Sole 24 ore, Pirola, Milano, 2006.

Giustini M., Pitidis A., Gruppo SINIACA Pronto Soccorso, *Gli accessi al Pronto Soccorso per incidente domestico: i primi dati*, Istituto Superiore di Sanità, Roma, 2006.

Gregu R., Atzori M. Antonietta, Delogu F., Giustini M., Pitidis A., Vitale A., Patussi V., Pellicini S., Fadda F., *Atti del 1° Corso Regionale Formatori*, Regione Sardegna, 17-18 gennaio 2008, Nuoro.

ISPESL, *La casa e i suoi pericoli, Interventi di Primo Soccorso negli Incidenti Domestici*, Roma, 2004.

ISPESL, *Le piante degli orti e dei giardini, Prevenzione del Rischio*, Roma, 2009.

ISTAT, *La vita quotidiana in Italia nel 2005*, Roma, 2007.

L. 03 dicembre 1999, n.493, *Norme per la tutela della salute nelle abitazioni e istituzione dell'assicurazione contro gli incidenti domestici e Decreto attuativo D.M. 15.09.2000* in G.U. n.222 del 22.09.2000.

Lombardo S., *Manuale per la progettazione di residenze per anziani*, Flaccovio, Palermo, 2001.

Consiglio Nazionale degli Architetti, Pianificatori, Paesaggisti e Conservatori, *Manuale di sicurezza degli edifici,* http://www.cnappc.archiworld.it/attivita/fascicolo-fabbricato/guida/copertina.htm.

Ministero della Salute-Istituto Superiore di Sanità, *Prevenzione delle cadute da incidente domestico negli anziani, Programma Nazionale per le Linee Guida*, Roma, www.snlg-iss.it, 2009.

Palmi S., **Oleari F.**, **Erba P.**, *Case Persone Infortuni: conoscere per prevenire*, ISPESL, Roma, 2004.

Patussi V. e Coll.ri, **Centro Nazionale per la Prevenzione e il Controllo delle Malattie CCM-Ministero della Salute**, *Piano Nazionale della Prevenzione-Gruppo Sicurezza Abitazioni, Manuale tecnico per gli operatori della prevenzione-Infortuni nelle abitazioni*, Roma, 2010.

Peracchio A., **Bonessa F.**, *L'isolamento acustico in edilizia*, Politeko, Torino, 2006.

Conferenza Stato-Regioni 29 aprile 2010, *Piano Nazionale della Prevenzione 2010-2012.*

Pitidis A., **Taggi.**, *Ambiente casa: la sicurezza domestica dalla conoscenza alla prevenzione*. Rapporto del Sistema Informativo Nazionale sugli Infortuni in Ambiente di Civile Abitazione (SINIACA), Franco Angeli, Milano, 2007.

Pitidis A.,**Taggi F.**,*Considerazioni per lo sviluppo di azioni mirate di prevenzione degli incidenti domestici nell'età pediatrica*, Istituto Superiore di Sanità, Roma, 2006.

Regione Toscana, **Direzione Generale Diritto alla Salute e Politiche di Solidarietà-Area di Coordinamento Sanità**, *Fondamenti di Prevenzione degli infortuni domestici. Dai fattori di rischio ai suggerimenti per la progettazione*, Firenze, 2010.

Sommaruga A.G., *Gli incidenti casalinghi*, sommaa@stnet.net, 2000.

Studio Argento, *Indagine sulla salute nella terza età in Emilia Romagna*, Istituto Superiore di Sanità, www.epicentro.iss.it, 2003.

Tatano V., **Zanut S.**, *Impariamo a difenderci dai rischi in casa, a scuola e nel territorio*, Ministero dell'Interno, Direzione Generale della Protezione Civile e dei Servizi Antincendi, Roma, 2001.

Vitale A., **Cataldi L.**, **Gregu R.**, **Fadda F.**, *Atti Giornata per la Prevenzione degli infortuni Accidentali nei Bambini*, Nuoro, 10 giugno 2006.

SITOGRAFIA essenziale

www.adiconsumlazio.org
www.amicopediatra.it
www.ass1.sanita.fvg.it/pls/ass1doc/docs/F25891/manuale_infortuni_domestici.pdf
www.ass1.sanita.fvg.it (clicca su Convegni ed eventi e trovi il Manuale))
www.carabinieri.it
www.ccm-network.it
www.ccm ministero della salute.it
www.censis.it
www.cig.it
www.epicentro.iss
www.epicentro.iss.it/problemi/domestici/epid.asp#nazionali
www.genitoripiu.it/documents/uploads/manuale_2010/Protezione.pdf
www.imparolasicurezzagiocando.it
www.inail.it
www.prevenzionescuola.ispesl.it/documentiMonografie.asp
www.ispesl.it/osservatorio/AltrePub.asp
www.iss.it
www.iss.it/binary/casa/cont/Indicazioni_PrevenzionePediatrica.pdf
www.istat.it
www.pnlg.it
www.rimini.unibo.it/infermieristica/tesi_colamaria.pdf
www.salute.gov.it/IncidentiDomestici/paginaInternaMenuIncidentiDomestici
www.sicurezzaincasa.it/infortuni/infortuni_in_casa.htm
www.sicurinsieme.it/img/box/Pericolo_fornelli.jpg;
www.snlg-iss.it
www.terzaeta.com
www.upi.ch
www.vigilfuoco.it
www.who.int/

Il Gruppo Formatori Aziendale "Prevenzione Incidenti Domestici" ha raccolto l'invito della campagna "Scrittori per le foreste" promossa da Greenpeace.
Questo libro è stato stampato su carta riciclata senza cloro e non ha comportato il taglio di un solo albero.

Grafica: Eikon - Nuoro
Stampa: Edizioni Solinas Nuoro

Centri AntiVeleno:

CESENA	0547/352612	Ospedale Bufalini
GENOVA	010/352808	Ospedale San Martino
	010/5636245	Ospedale Gaslini
MILANO	0266101029	Ospedale Niguarda
NAPOLI	081/5453333	Ospedali Riuniti Cardarelli
PADOVA	049/8275078	Farmacologia Università di Padova
ROMA	06/3054343	Università Cattolica Sacro Cuore
PAVIA	0342/24444	CAV Ospedale Civile
TRIESTE	040/3785373	Burlo Garofolo

Si ringrazia per la collaborazione:

Fondazione Banco di Sardegna